

**Erklärungen, Befunde und Implikationen für und zu
Altersunterschiede(n) im Verzeihen**

Abhandlung

zur Erlangung der Doktorwürde

der Philosophischen Fakultät

der

Universität Zürich

vorgelegt von

Marianne Steiner-Scheuermeier

von Dübendorf (ZH)

Angenommen im Herbstsemester 2011 auf Antrag von Herrn

Prof. Dr. Mike Martin und Herrn Prof. Dr. Rainer Hornung

Zürich, 2011

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich mich bei einigen Personen ganz herzlich für ihre Unterstützung bedanken.

Ein erstes grosses Dankeschön geht an Professor Mike Martin. Er hat meine Freude am Forschen höher gewertet als mein Alter und mir ermöglicht, zu einem mich faszinierenden Thema zu promovieren. Dafür bin ich ihm sehr dankbar. Ihm und Professor Rainer Hornung möchte ich zudem danken, dass Sie als Referenten meiner Dissertation fungieren.

Ein zweites grosses Dankeschön geht an Mathias Allemand. Ich schätze seine Professionalität, sein Engagement für die Forschung, seine Unterstützung und die konstruktive Zusammenarbeit dieser drei Jahre sehr. Danke vielmals, lieber Mathias, du warst ein strenger, aber ausgezeichnete Lehrmeister!

Ausserdem möchte ich mich bei Michael McCullough für die fachlich und menschlich sehr angenehme und konstruktive Zusammenarbeit bedanken.

Ein weiteres herzliches Dankeschön geht an alle Personen, die an einem der Seminare „Die Kunst des Verzeihens“ teilgenommen haben: ihr grosses Interesse für dieses Thema und ihre Offenheit waren sehr bereichernd für mich und ich habe den Austausch mit ihnen sehr geschätzt.

Und schliesslich danke ich meiner Familie für ihre Liebe und ihre Unterstützung während diesen Jahren – und dafür, dass sie mir immer mal wieder die Möglichkeit gibt, zu verzeihen und umgekehrt auch mir verzeiht.

Der Schwache kann nicht verzeihen. Verzeihen ist eine Eigenschaft des Starken.
Mahatma Gandhi

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	1
1.1 Verzeihen: Begriffsklärung.....	2
1.2 Lebensspannenperspektive: Begriffsklärung.....	4
1.3 Ziele und Fragestellung dieser Arbeit.....	5
1.4 Konzeptuelles Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen.....	6
1.5 Gibt es Altersunterschiede im Verzeihen?.....	9
1.6 Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen?.....	10
1.6.1 Sozioemotionale Selektivitätstheorie.....	11
1.6.2 Lebenserfahrung und Weisheit.....	12
1.6.3 Sozial-kognitives Entwicklungsmodell des Verzeihens.....	13
1.6.4 Soziale Informationsverarbeitung.....	14
1.6.5 Motivationales Verzeihensmodell.....	14
1.6.6 Maturitätsprinzip und Soziales Investitionsprinzip.....	15
1.6.7 Soziales Inputmodell des sozioemotionalen Alterns.....	16
1.6.8 Fazit zu Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen.....	16
1.7 Praktische Implikationen von Altersunterschieden im Verzeihen?.....	17
1.7.1 Verzeihensrelevante Veränderungen über die Lebensspanne und praktische Implikationen.....	17
1.7.2 Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus für ältere Erwachsene.....	20
1.7.3 Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus für junge Erwachsene.....	23
1.8 Ausblick auf folgende Kapitel.....	23

2. Verzeihen und Selbstverzeihen über die Lebensspanne: Gegenwärtiger

Forschungsstand und Forschungsperspektiven.....	25
2.1 Einleitung.....	25
2.2 Begriffsbestimmungen.....	27
2.2.1 Situationsbezogene Analyseebene.....	27
2.2.2 Situationsübergreifende Analyseebene.....	29
2.3 Messung von Verzeihen und Selbstverzeihen.....	31
2.4 Gegenwärtiger Forschungsstand.....	32
2.4.1 Verzeihen und Selbstverzeihen im Kindes- und Jugendalter.....	33
2.4.2 Verzeihen und Selbstverzeihen im Erwachsenenalter.....	38
2.5 Theoretische Erklärungskonzepte.....	44
2.5.1 Moralische und sozial-kognitive Entwicklung im Kindes- und Jugendalter.....	44
2.5.2 Soziale und emotionale Entwicklung über die Lebensspanne.....	46
2.5.3 Persönlichkeitsentwicklung über die Lebensspanne.....	50
2.5.4 Entwicklung von Einstellungen und Werthaltungen über die Lebensspanne.....	51
2.5.5 Lebenserfahrung und Weisheit.....	52
2.5.6 Kohorteneffekte.....	52
2.6 Forschungsperspektiven.....	52
2.6.1 Entwicklungspsychologische Theorien des Verzeihens und Selbstverzeihens.....	53
2.6.2 Multimodale Messung und experimentelle Forschung.....	54
2.6.3 Veränderungsmessung und Längsschnittstudien.....	55
2.6.4 Altersunterschiede im Verzeihensverständnis.....	55

2.6.5 Ursachen und Konsequenzen von Altersunterschieden im Verzeihen und Selbstverzeihen.....	56
3. Situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness: A lifespan perspective.....	58
3.1 Introduction.....	58
3.1.1 A Daily Life Example.....	59
3.2 Different Levels of Analysis of Forgiveness.....	60
3.2.1 Situation-Specific Forgiveness.....	62
3.2.2 Dispositional Forgiveness.....	63
3.3 A Lifespan Development Perspective.....	64
3.3.1 Describing Age Differences in Forgiveness.....	65
3.3.2 Explaining Age Differences in Forgiveness.....	68
3.3.3 Future and Past Time Perspectives.....	69
3.4 Practical Implications.....	71
3.5 Conclusions.....	74
4. Age differences in forgivingness: The role of transgression frequency and intensity.....	75
4.1 Introduction.....	75
4.1.1 Forgivingness as a Personality Dimension.....	76
4.1.2 Age Differences in Forgivingness.....	77
4.1.3 The Role of Transgression Frequency and Intensity.....	79
4.1.4 The Present Study.....	82
4.2 Method.....	83

4.2.1	Participants and Procedure.....	83
4.2.2	Measures.....	85
4.3	Results.....	86
4.3.1	Age Differences in Forgivingness.....	86
4.3.2	Age Differences in Transgression Frequency and Intensity.....	91
4.3.3	Testing the Mediation Role of Transgression Frequency and Intensity.....	94
4.4	Discussion.....	98
5.	Do Agreeableness and Neuroticism explain age differences in the tendency to	
	forgive others?.....	105
5.1	Introduction.....	105
5.2	The Present Investigation.....	110
5.3.	Study 1.....	111
5.3.1	Participants.....	111
5.3.2	Sampling Procedure.....	111
5.3.3	Measures.....	112
5.3.4	Statistical Analyses.....	113
5.4	Results and Discussion.....	115
5.4.1	Preliminary Analyses.....	115
5.4.2	Test of the Mediation Hypothesis.....	117
5.5	Study 2.....	120
5.5.1	Participants and Procedure.....	120
5.5.2	Measures.....	121
5.6	Results and Discussion.....	121

5.6.1	Test of the Mediation Hypothesis.....	121
5.6.2	Extension of the Multi-Mediator Model.....	123
5.7	Discussion.....	128
6.	Development and initial validation of a forgiveness intervention for older adults....	133
6.1	Introduction.....	133
6.1.1	Forgiveness Interventions.....	133
6.1.2	Forgiveness in Old Age.....	135
6.1.3	Conceptual Issues of the Forgiveness Intervention.....	137
6.1.4	The Present Study.....	142
6.2	Method.....	143
6.2.1	Participants.....	143
6.2.2	Procedure.....	144
6.2.3	Outcome Measures.....	145
6.3	Results.....	146
6.3.1	Interpersonal Transgressions.....	146
6.3.2	Preliminary Analyses.....	147
6.3.3	Effects of the Forgiveness Intervention.....	151
6.4	Discussion.....	153
6.4.1	Limitations and Implications for Future Research.....	156
7.	Allgemeine Diskussion.....	158
7.1	Altersunterschiede im Verzeihen.....	158
7.2	Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen.....	160
7.3	Implikationen für Altersunterschiede im Verzeihen.....	164

7.4 Fazit.....	167
----------------	-----

Legende der Abbildungen und Tabellen

Abbildungen

Abbildung 1. Konzeptuelles Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen.....	8
Abbildung 2. Konzeptuelles Modell.....	95
Abbildung 3. Mediation Model.....	119
Abbildung 4. Mediation Model With Transgression Occurrences.....	127

Tabellen

Tabelle 1. Verzeihensrelevante Veränderungen über die Lebensspanne und praktische Implikationen für junge und ältere Erwachsene.....	19
Tabelle 2. Überblick über Studien zu Altersunterschieden im Verzeihen.....	34
Tabelle 3. Means, Standard Deviations, and Correlations Between Study Variables.....	87
Tabelle 4. Means and Standard Deviations of Forgivingness for Younger, Middle-Aged and Older Adults, and Effect Sizes.....	88
Tabelle 5. Means and Standard Deviations of Transgression Occurrences, and Correlations With Age and Forgivingness.....	92
Tabelle 6. Tests of Mediation Predicting Forgivingness from Age, with Transgression Frequency and Intensity as Mediators (Standardized Estimates).....	97
Tabelle 7. Means, Standard Deviations, and Correlations Between Study Variables in Study 1.....	115
Tabelle 8. Test of Mediation Predicting Forgivingness from Age, With Agreeableness and Neuroticism as Mediators, and Controlled for Gender.....	118

Tabelle 9. Means, Standard Deviations, and Correlations Between Variables in Study 2.....	122
Tabelle 10. Test of Mediation Predicting Forgivingness from Age, With Agreeableness and Neuroticism as Mediators, and Controlled for Gender.....	124
Tabelle 11. Test of Mediation Predicting Forgivingness From Age, With Agreeableness, Neuroticism, and Transgression Occurrences as Mediators, and controlled for Gender.....	125
Tabelle 12. Core and Age-specific (new) Components of the Forgiveness Intervention in Old Age.....	139
Tabelle 13. Pretest, Posttest, and Follow-up Means (and Standard Deviations) on Outcome Measures and Repeated-Measures ANOVA Results for Forgiveness and Wait-list Conditions.....	148
Tabelle 14. Correlations of Study Variables at T1.....	150

1. Einleitung

Im Laufe ihres Lebens werden vermutlich fast alle Menschen sich mindestens einmal die Frage stellen, ob sie eine erfahrene Verletzung verzeihen sollen, wollen und können, oder nicht. Konflikte und Verletzungen sind unvermeidbar im Zusammenleben von zwei und mehr Personen und entstehen beispielsweise durch Interessenkonflikte, Meinungsverschiedenheit, Schwächen in der interindividuellen Kommunikation oder durch Unaufmerksamkeit. Eine Möglichkeit, Verletzungen zu bewältigen, ist Verzeihen. Bisherige Studien zeigten, dass Verzeihen nicht nur eine Möglichkeit darstellt, Verletzungen zu verarbeiten, sondern darüber hinaus förderlich ist für das psychologische und soziale Wohlbefinden (z.B. Bono, McCullough & Root, 2008; Hill & Allemand, 2010, im Druck; Krause & Ellison, 2003) und für die Aufrechterhaltung von positiven sozialen Beziehungen (z.B. Fincham, Paleari & Regalia, 2002; Karremans & Van Lange, 2004). Weil es sich beim Verzeihen um eine für das Individuum und für die Gesellschaft hilfreiche Strategie handelt, Verletzungen über die ganze Lebensspanne vorkommen und somit auch Verzeihen lebenslang eine Option ist, lohnt es sich, Verzeihen über die Lebensspanne zu untersuchen. In dieser Dissertation wird der Fokus auf Altersunterschiede im Verzeihen gerichtet, der Rahmen bildet die Lebensspannen- und Alternsperspektive. Drei Ziele werden in dieser Arbeit verfolgt (siehe dazu auch 1.4): *Das erste Ziel besteht darin, einen Überblick über Altersunterschiede im Verzeihen und über den gegenwärtigen Forschungsstand zum Verzeihen aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne zu geben* (Kapitel 2 und 3). *Das zweite Ziel beinhaltet Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen.* In Kapitel 2 und 3 werden theoretische Erklärungen aus Sicht der Lebensspanne diskutiert, in Kapitel 4 und 5 werden konkrete mögliche Einflussfaktoren für Altersunterschiede theoretisch begründet und empirisch untersucht. Kapitel 4 geht der Frage nach, ob die Verletzungshäufigkeit und –intensität Altersunterschiede im Verzeihen teilweise zu erklären vermögen, Kapitel 5 untersucht die

Rolle von Verträglichkeit und Neurotizismus für Altersunterschiede im Verzeihen. *Das dritte Ziel dieser Arbeit besteht schliesslich darin, eine Brücke zur Praxis zu schlagen und Implikationen für gegenwärtige und zukünftige Verzeihensinterventionen aufzuzeigen, welche altersspezifische Bedürfnisse berücksichtigen.* Vor dem Hintergrund der Altersperspektive wird in Kapitel 6 eine Verzeihensintervention vorgestellt, die altersspezifische Bedürfnisse berücksichtigt und für ältere Erwachsene konzipiert und evaluiert wurde. Implikationen für eine zukünftige Verzeihensintervention mit jungen Erwachsenen, welche sich an deren Bedürfnissen orientiert, werden in Kapitel 3 und 6 diskutiert. Nebst diesen drei Hauptzielen werden in jeder Studie weitere und spezifischere Forschungsfragen untersucht, welche jeweils in der Einleitung der betreffenden Kapitel (Kapitel 2 bis 6) erläutert werden. Bevor der Reihe nach auf die drei Forschungsziele dieser Arbeit eingegangen wird, werden die Begriffe „Verzeihen“ (1.1) und „Lebensspannenperspektive“ (1.2) geklärt, eine Übersicht über die Ziele und Fragestellungen dieser Arbeit (1.3) gegeben und das konzeptuelle Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen (1.4) eingeführt. Das konzeptuelle Modell bildet das Gerüst für die drei zentralen Fragestellungen und führt durch die Einleitung und den Schlussteil der vorliegenden Arbeit.

1.1 Verzeihen: Begriffsklärung

In den vergangenen Jahrzehnten gelang es innerhalb der psychologischen Forschung zum Verzeihen nicht, eine einheitliche Definition des Verzeihens zu finden, und bis anhin fehlt ein Konsens. Die Komplexität des Verzeihens per se und die verschiedenen Forschungsrichtungen und –perspektiven, welche sich mit Verzeihen auseinandersetzen – unter anderem Entwicklungs-, Geronto-, Klinische, Persönlichkeits- und Sozialpsychologie – führten zu Diversität auch im Definitionsbereich. Zutreffend betiteln McCullough, Pargament und Thoresen (2001) ihren Abschnitt zu diesem Thema mit „The definition problem“. Einigkeit herrscht darüber, dass Verzeihen nicht gleich bedeutend ist wie eine Strafe erlassen,

begnadigen, stillschweigend erdulden, die zu einer Verletzung führende Tat zu entschuldigen, sie zu vergessen oder zu verdrängen. Ebenso herrscht mehrheitlich Übereinstimmung, dass Verzeihen nicht dasselbe bedeutet wie Versöhnung. Hingegen bestehen unterschiedliche Ansichten, ob Verzeihen „nur“ eine Reduktion von negativen Gefühlen und Gedanken beinhaltet, oder auch Wohlwollen und Zuwendung gegenüber dem Verursacher der Verletzung. Die zweite Ansicht vertreten beispielsweise Enright, Freedman und Rique (1998, S. 46-47), welche Verzeihen definieren als „a willingness to abandon one’s right to resentment, negative judgement, and indifferent behavior toward one who unjustly hurt us, while fostering the undeserved qualities of compassion, generosity, and even love toward him or her.“ Während diese Autoren in ihrer Definition zum Verzeihen ausdrücklich von Mitgefühl, Grosszügigkeit und Liebe für den Verursacher der Verletzung sprechen, schlagen McCullough, Pargament und Thoresen (2001, S. 9) eine allgemeine Definition vor, indem sie Verzeihen als „intraindividual, prosocial change toward a perceived transgressor that is situated within a specific interpersonal context“ (McCullough et al., 2001, S. 9) definieren. Die Autoren bezeichnen ihre Definition, welche lediglich von einem prosozialen Wechsel gegenüber dem Verursacher der Verletzung spricht und diesen nicht näher spezifiziert, als minimalistisch und verfolgen damit die Absicht, eine für viele Forschungsrichtungen anwendbare Definition anzubieten und zur Konsensfindung beizutragen (Kapitel 6 geht von dieser Definition aus).

Zudem existieren verschiedene Dimensionen des Verzeihens. Zum einen kann zwischen einer anderen Person verzeihen, wie es im Rahmen dieser Dissertation durchgehend der Fall ist, und Selbstverzeihen unterschieden werden. Während es sich im ersten Fall um einen intra- und interpersonalen Vorgang handelt, ist beim Selbstverzeihen die Person zugleich Missetäter und Verzeihender und somit Gegenstand des Verzeihens (Hall & Fincham, 2005). Des Weiteren wird zwischen prozessbezogenem und dispositionalem Verzeihen unterschieden. Während prozessbezogenes Verzeihen (forgiveness, z.B.

McCullough et al., 2001) den Prozess des Verzeihens in Bezug auf eine spezifische Verletzung beinhaltet, wird dispositionales Verzeihen als eine situationsübergreifende und zeitlich konsistente Persönlichkeitseigenschaft (forgivingness; Roberts, 1995) bezeichnet, welche prozessbezogenes Verzeihen initialisieren und erleichtern kann. In dieser Dissertation wird sowohl prozessbezogenes (Kapitel 6) als auch dispositionales Verzeihen (Kapitel 4 und 5) untersucht. Die verschiedenen Begrifflichkeiten zum Verzeihen werden in den beiden Übersichtskapiteln (Kapitel 2 und 3) ausführlich abgehandelt.

1.2 Lebensspannenperspektive: Begriffsklärung

Die Lebensspannenperspektive nach Baltes (Baltes, 1987; Baltes, Lindenberger & Staudinger, 2006) geht davon aus, dass Entwicklung lebenslang stattfindet, dass sie sowohl inter- und intraindividuell multidirektional und multidimensional sein kann. Als multidirektionale Entwicklung im höheren Erwachsenenalter kann beispielsweise die Tatsache gelten, dass ältere Personen eine Verbesserung erfahren in der Emotionsregulation, zur gleichen Zeit aber eine Reduktion in ihren Möglichkeiten, neue soziale Kontakte zu knüpfen. Multidimensional könnte im Kontext des Verzeihens beispielsweise heissen, dass ältere Personen verträglicher und gleichzeitig auch verzeihender werden, sowohl, wenn es darum geht, anderen Personen zu verzeihen, als auch darin, sich selbst zu verzeihen. Eine wichtige Rolle spielt zudem der Leitgedanke des Zusammenspiels von Gewinnen und Verlusten, und zwar dergestalt, dass über die Lebensspanne der Zuwachs an Gewinnen abnimmt, aber im Alter nicht ganz ausgeschlossen ist, wie zum Beispiel das auch im Volksmund vorkommende Bild der Weisheit im Alter zeigt. Ein weiterer zentraler Gedanke ist Plastizität, worunter die lebenslange aktive Optimierung der Passung zwischen sich und der Umwelt verstanden wird. Auf das Verzeihen bezogen heisst dies beispielsweise, dass jüngere Personen eher assimilative Strategien anwenden („changing the world“, siehe Brandtstädter & Renner, 1990), wohingegen ältere Personen eher akkomodative Strategien anwenden („changing the

self“), um eine optimale Passung zwischen sich und der Umwelt aufrecht zu erhalten.

Überträgt man die Lebensspannenperspektive ganz generell auf die Verzeihensthematik, so ist anzunehmen, dass sich Verzeihen über die Lebensspanne entwickeln und verändern kann. Bis anhin existiert nur wenig Forschung zum Verzeihen aus Sicht der Lebensspannenperspektive. Daher werden in der vorliegenden Arbeit die Verzeihensthematik und die Lebensspannenperspektive verknüpft und wird auf die Relevanz dieser Verknüpfung hingewiesen.

1.3 Ziele und Fragestellungen dieser Arbeit

In der vorliegenden Arbeit werden anhand des konzeptuellen Modells zu Altersunterschieden im Verzeihen, welches im nächsten Abschnitt (1.4) vorgestellt wird, drei Fragestellungen respektive drei Ziele verfolgt.

Die erste Fragestellung lautet: Gibt es Altersunterschiede im Verzeihen? Das Ziel der ersten Fragestellung besteht zum einen darin, einen Überblick über bestehende Studien zu dieser Thematik zu vermitteln und zum anderen, den aktuellen Forschungsstand zum Verzeihen aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne darzustellen. In 1.5 wird die Fragestellung detaillierter eingeführt, Kapitel 2 und 3 widmen sich ausführlich dieser Frage und in 7.1 werden die Erkenntnisse allgemein diskutiert.

Die zweite Fragestellung lautet: Welche Erklärungen gibt es für Altersunterschiede im Verzeihen? Im Rahmen dieser Fragestellung wird das Ziel verfolgt, einen Überblick über theoretische Erklärungen zu Altersunterschieden im Verzeihen aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne zu liefern, zudem werden in zwei empirischen Studien mögliche Einflussfaktoren überprüft. Abschnitt 1.6-1.6.8 führen in diese Fragestellung ein, Kapitel 2 und 3 geben einen Überblick über theoretische Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen, Kapitel 4 und 5 untersuchen die Frage, ob die Verletzungshäufigkeit und –intensität respektive Verträglichkeit und Neurotizismus geeignet

sind, um Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären. In 7.2 werden die Ergebnisse dieser Fragestellung allgemein diskutiert.

Die dritte Fragestellung lautet: Welches sind praktische Implikationen von Altersunterschieden im Verzeihen? Hierbei wird das Ziel verfolgt, eine Brücke zur angewandten Forschung zu schlagen und als ersten Schritt eine Verzeihensintervention für ältere Erwachsene zu entwickeln und zu evaluieren, welche Altersunterschiede im Verzeihen und damit zusammenhängende unterschiedliche Motivationen und Ziele berücksichtigt. Zudem wird angedacht, wie eine Verzeihensintervention für junge Erwachsene, welche deren altersspezifischen Bedürfnisse berücksichtigt, aufgebaut sein könnte. Einen Einstieg in diese Fragestellung bieten 1.7-1.7.3, detailliert wird sie in Kapitel 6 behandelt und allgemein diskutiert in 7.3.

Bevor nun die einzelnen Fragestellungen detaillierter behandelt werden, wird das konzeptuelle Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen vorgestellt. Es hat die Aufgabe, durch diese Arbeit zu führen.

1.4 Konzeptuelles Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen

Eine Besonderheit des Verzeihens besteht darin, dass Verzeihen erst nach einer Verletzung zum Zug kommen kann. Am Anfang steht gemäss Scobie und Scobie (1998) ein Ereignis, das von der betreffenden Person als negativ wahrgenommen wird. Dieses als negativ beurteilte Ereignis muss einen gewissen Schweregrad aufweisen, damit eine Verletzung resultiert, die nicht mit einer kurzen Entschuldigung des Verursachers vom Tisch ist. Hat eine Verletzung stattgefunden, so hat die verletzte Person verschiedene Möglichkeiten, darauf zu reagieren: Sie kann die Verletzung verdrängen und beispielsweise den Ort und die Person meiden, sie kann sich dafür rächen, versuchen, in einem Gespräch die Verletzung zu klären, darüber nachgrübeln, eine Situation uminterpretieren, oder verzeihen.

Das konzeptuelle Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen (Abbildung 1) beginnt bei der Tatsache, dass sich eine Person verletzt fühlt, und fokussiert auf die Reaktion „Verzeihen“. Genauer gesagt konzentriert es sich auf den Zusammenhang zwischen Alter und Verzeihen. Die Beantwortung der Frage, ob das Alter einen Einfluss hat auf das Verzeihen respektive ob es Altersunterschiede im Verzeihen gibt, ist das erste Ziel dieser Dissertation und wird in Kapitel 2 und 3 aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne behandelt.

Zudem zeigt das vorliegende Modell innere, das heisst von Seiten der verletzten Person abhängige, und äussere, das heisst durch den Verursacher der Verletzung, die Situation oder das Umfeld gegebene Faktoren auf, welche den Zusammenhang zwischen dem Alter und dem Verzeihen möglicherweise moderieren oder mediieren. Die Begriffe „Moderation“ und „Mediation“ sollen kurz erläutert und anhand von zwei Beispielen veranschaulicht werden. Die *Moderation* beeinflusst die Stärke einer Beziehung, im Fall des vorliegenden Modells die Stärke der Beziehung zwischen dem Alter und dem Verzeihen. Ein typischer Moderator ist beispielsweise das Geschlecht: Es könnte also sein, dass weibliche Personen Verletzungen leichter verzeihen als Männer – oder auch umgekehrt, und dass dies einen Einfluss hat auf den Zusammenhang zwischen dem Alter und dem Verzeihen. (In ihrer Metaanalyse zeigten Fehr, Gelfand und Nag (2010) allerdings auf, dass das Geschlecht keinen signifikanten Einfluss auf das Verzeihen hat.) Die *Mediation* erklärt die Beziehung zwischen dem Alter und dem Verzeihen, ist für den Zusammenhang zwischen Prädiktor (Alter) und Kriterium (Verzeihen) verantwortlich. Auch sie soll anhand eines Beispiels kurz erläutert werden. Stellen wir uns als möglichen Mediator die Racheneigung vor: Eine Mediation ist dann gegeben, wenn das Alter die Racheneigung beeinflusst, das Alter das Verzeihen und die Racheneigung das Verzeihen beeinflusst. Zudem muss der Einfluss des Alters auf das Verzeihen geringer werden oder verschwinden, wenn mittels Mediationsanalyse die Racheneigung kontrolliert wird.

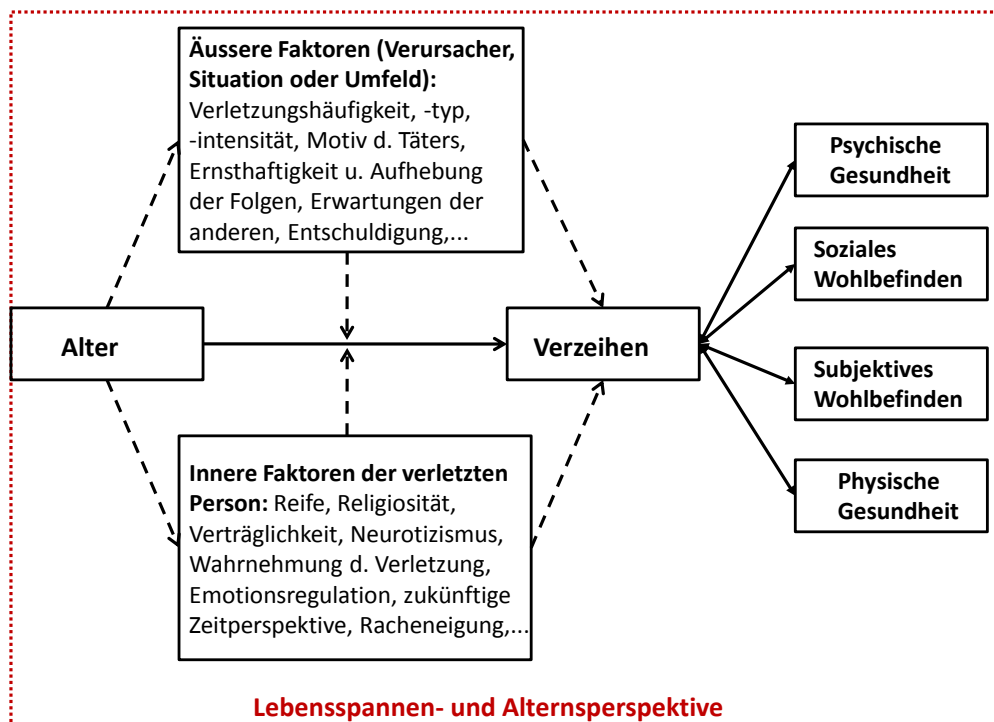


Abbildung 1. Konzeptuelles Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen

Die Frage, welche theoretischen Erklärungen es für Altersunterschiede im Verzeihen gibt und welche Faktoren den Zusammenhang zwischen dem Alter und dem Verzeihen beeinflussen könnten – wiederum theoretisch begründet – ist das zweite Ziel der vorliegenden Arbeit. Sie wird zum einen in den beiden Überblickskapiteln (Kapitel 2 und 3) und zudem anhand von zwei konkreten Beispielen thematisiert: In Kapitel 4 wird der Frage nachgegangen, ob Verletzungshäufigkeit und –intensität Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären vermögen, und in Kapitel 5 die Rolle von Verträglichkeit und Neurotizismus im Zusammenhang mit Altersunterschieden im Verzeihen theoretisch begründet und überprüft.

Je nachdem, ob verzeihen gelingt, hat dies unterschiedliche Auswirkungen, teils auch Wechselwirkungen, auf die psychische und physische Gesundheit und das soziale und subjektive Wohlbefinden. Diesen Ausschnitt des konzeptuellen Modells thematisiert das dritte Ziel der Dissertation, nämlich die Klärung der Frage, welche Implikationen Altersunterschiede im Verzeihen für den praktischen Bereich haben. Verzeihensinterventionen werden seit rund 20 Jahren mehrheitlich mit Erfolg durchgeführt (mehr dazu in Kapitel 6) –

bisher wurde jedoch nicht berücksichtigt, dass sich mit dem Alter das Verzeihen und die damit verbundenen Bedürfnisse oder auch Fähigkeiten verändern können und diesem Rechnung getragen werden sollte. Daher wird in Kapitel 6 eine für ältere Personen konzipierte und evaluierte Verzeihensintervention beschrieben, und in Kapitel 3 und 6 eine zukünftige mögliche Verzeihensintervention, welche auf junge Erwachsene zugeschnitten ist, vorgestellt.

Bei allen drei Fragestellungen wird das konzeptuelle Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen aus Sicht der Lebensspannen- (Kapitel 2-5) oder Alternsperspektive (Kapitel 6) betrachtet und zur Veranschaulichung herangezogen.

1.5 Gibt es Altersunterschiede im Verzeihen?

Mit Blick auf das konzeptuelle Modell lautet die erste Fragestellung dieser Arbeit, ob sich empirisch Altersunterschiede im Verzeihen finden. Mehrere vorangehende Studien haben gezeigt, dass prozessbezogenes und dispositionales Verzeihen als Funktion des Alters variieren, wobei Kinder und Jugendliche durchschnittlich am wenigsten verzeihen und ältere Erwachsene am meisten (z.B. Enright, Gassin & Wu, 1992; Hill & Allemand, 2010; Subkoviak et al., 1995). Allerdings fällt auf, dass die berichteten Altersunterschiede im Verzeihen nicht in allen Studien theoretisch hergeleitet waren und nicht immer zur eigentlichen Fragestellung gehörten. Teilweise war das Alter eine Kontrollvariable, wurden die Altersunterschiede im Verzeihen am Rande erwähnt und eher spärlich begründet. Ein zentraler Punkt dieser Dissertation ist daher die Verknüpfung der Verzeihenthematik mit der Lebensspannen- (Kapitel 2-5) und Alternsperspektive (Kapitel 6). Obwohl anhand von Querschnittstudien erhoben (auf diese Problematik wird im Diskussionsteil näher eingegangen), stimmen die Befunde, dass es Altersunterschiede im Verzeihen gibt, mit der Lebensspannenperspektive überein, welche davon ausgeht, dass wir uns über die Lebensspanne verändern und entwickeln, und dass sich auch unser Umfeld und die

Situationen, denen wir begegnen, verändern. Kapitel 2 und 3 geben einen umfassenden Überblick über Altersunterschiede in den verschiedenen Dimensionen des Verzeihens und über den gegenwärtigen Forschungsstand und Forschungsperspektiven zum Verzeihen aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne.

1.6 Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen?

Als zweites Ziel dieser Arbeit interessiert, welche Erklärungen es für die gefundenen Altersunterschiede im Verzeihen gibt, und welche inneren und äusseren Faktoren des konzeptuellen Modells Altersunterschiede im Verzeihen teilweise erklären könnten. Die in Kapitel 2 aufgeführten Studien haben unterschiedliche Erklärungen für die gefundenen Altersunterschiede im Verzeihen. Einige Autoren (Allemand, 2008; Cheng & Yim, 2008) begründen sie mit der sozioemotionalen Selektivitätstheorie, andere Autoren machen die Lebenserfahrung oder Weisheit der älteren Erwachsenen für die höhere Verzeihensbereitschaft verantwortlich (z.B. Mullet et al., 1998; Pratt, Norris, Cressman, Lawford & Hebblethwaite, 2008), eine weitere Gruppe bezieht sich auf die moralische Entwicklung des Verzeihens nach Enright's Modell (z.B. Enright, Santos & Al-Mabuk, 1989; Subkoviak et al., 1995), und gemäss Darby und Schlenker (1982) ist der unterschiedliche sozial-kognitive Entwicklungsstand für Altersunterschiede im Verzeihen verantwortlich. Nachfolgend werden die einzelnen theoretischen Modelle, welche Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären vermögen, kurz vorgestellt und zudem jeweils mögliche innere und äussere Faktoren des konzeptuellen Modells zugeordnet. Jedoch ist die Liste der inneren und äusseren Faktoren nicht erschöpfend und werden die Theorien in den nachfolgenden Kapiteln (Kapitel 2-6) ausführlicher beschrieben.

1.6.1 Sozioemotionale Selektivitätstheorie

Die sozioemotionale Selektivitätstheorie (SST, Carstensen, Isaacowitz & Charles, 1999) besagt, dass sich über die Lebensspanne die Ziele und die Motivation in Bezug auf soziale Kontakte verändern. Während Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene vermehrt auf Informationen und Wissen für die Initiierung und Aufrechterhaltung von sozialen Kontakten fokussieren, werden im Alter die Aufrechterhaltung von engen, harmonischen Beziehungen und des emotionalen Gleichgewichts wichtig (Carstensen & Mikels, 2005). Für diese Veränderung über die Lebensspanne ist die mit dem Alter abnehmende zukünftige Zeitperspektive verantwortlich. Nach der SST kann angenommen werden, dass Alter und Verzeihen positiv korrelieren, da Verzeihen eine hilfreiche Strategie ist für die Aufrechterhaltung von sozialen Kontakten, für den Abbau negativer Gefühle gegenüber Sozialpartnern und für die Wiederherstellung des eigenen Wohlbefindens (Fincham, 2000).

Von den inneren und äusseren Einflussfaktoren des konzeptuellen Modells können beispielsweise die zukünftige Zeitperspektive, die Emotionsregulation (welche auch bei Weisheit eine Rolle spielt, siehe weiter unten) und die Religiosität mit der SST erklärt werden. Bono und McCullough (2004) vertreten die Ansicht, dass sowohl die mit dem Alter zunehmende Bereitschaft zu verzeihen als auch die über die Lebensspanne zunehmende Religiosität (z.B. Argue, Johnson & White, 1999) mit der SST erklärt werden können. Weil die zukünftige Zeitperspektive abnimmt, treten die eigene Sterblichkeit und das Bedürfnis nach emotional zufriedenstellenden Beziehungen in den Vordergrund. Verzeihen wird eine Strategie zur Erhaltung von sozialem und emotionalem Wohlbefinden. Ein weiterer äusserer Faktor, der (unter anderem) mit der SST erklärt werden kann, ist die Verletzungshäufigkeit. Wenn ältere Personen weniger, aber intensivere Beziehungen pflegen und zudem motiviert sind, soziale Beziehungen und das emotionale Befinden zu optimieren (z.B. Carstensen, Fung, & Charles, 2003), werden sie Konfliktsituationen eher vermeiden oder vermehrt passive Strategien anwenden (Birditt, Fingerman & Almeida, 2005). Die Annahme, dass ältere

Personen weniger oft verletzt werden oder Verletzungssituationen als weniger intensiv wahrnehmen als Erwachsene mittleren Alters und junge Erwachsene, wird in Kapitel 4 überprüft.

1.6.2 Lebenserfahrung und Weisheit

Andere Autoren (z.B. Mullet et al., 1998; Pratt et al., 2008) machen die zunehmende Lebenserfahrung oder Weisheit verantwortlich für Altersunterschiede im Verzeihen. Über die Lebensspanne nehmen selbst erlebte und anderen zugefügte Verletzungen und Kränkungen zu und können zu einer zunehmenden Lebenserfahrung im Umgang mit Verletzungen führen. Gemäß Theorien der Psychologie der Lebensspanne lernen Personen mit der Zeit, wie sie besser auf Probleme reagieren und mit negativen Lebensereignissen umgehen können (z.B. Birditt et al., 2005). Die Fähigkeit zur Emotionsregulation respektive das Herabregulieren von negativen Gefühlen ist eine wichtige und notwendige Voraussetzung für das Verzeihen. Gelingt es einer Person nicht, aus einer Verletzung resultierende negative Gefühle und Gedanken zu regulieren, so führt dies oftmals zu einer sehr einseitigen und fixierten Betrachtung der Verletzungssituation.

Bezogen auf das konzeptuelle Modell können beispielsweise die Erwartungen der anderen, welche gemäss dem sozial-kognitiven Entwicklungsmodell des Verzeihens (siehe nächster Abschnitt) mit zunehmendem Alter an Gewicht verlieren, die meisten inneren Faktoren und die Verletzungsintensität mit Lebenserfahrung oder Weisheit begründet werden. In Kapitel 4 wird die Annahme überprüft, dass ältere Personen Verletzungen weniger intensiv wahrnehmen als Erwachsene mittleren Alters und als junge Erwachsene. Diese Annahme stimmt überein mit zahlreichen Studien, welche belegen, dass ältere Personen anders mit Konfliktsituationen und Problemen umgehen als jüngere. So empfanden beispielsweise ältere Personen tägliche Stressoren als weniger intensiv und bedrohend als jüngere (Charles & Almeida, 2006). Ausserdem schätzten ältere Personen Situationen positiver ein als jüngere

Personen und waren fähig, sich kognitiv abzugrenzen von unangenehmen Stimuli (Charles & Carstensen, 2008). (Im konzeptuellen Modell wird die Verletzungsintensität zum einen als äusserer Faktor aufgeführt (objektive Verletzungsintensität) und zum anderen als innerer unter „Wahrnehmung der Verletzung“.)

1.6.3 Sozial-kognitives Entwicklungsmodell des Verzeihens

Enright, Santos und Al-Mabuk (1989) konzipierten das sozial-kognitive Entwicklungsmodell des Verzeihens. Sie nahmen an, dass Kinder verzeihen, nachdem sie Rache üben konnten, etwas ältere Kinder dann, wenn sie eine Kompensation für den zugefügten Schaden erhalten haben, Jugendliche, weil es von ihnen erwartet wird, und Erwachsene entweder, weil es das Gesetz, die Lebensphilosophie oder die Religion verlangen (Stufe 4), weil die Wiederherstellung der sozialen Harmonie zentral ist (Stufe 5) oder bedingungslos, aus reiner (Nächsten-)Liebe. Die letzte Stufe wird nur von wenigen Erwachsenen erreicht. Mehrere Studien wurden zu diesem Modell durchgeführt und konnten es teilweise bestätigen (z.B. Enright, Santos & Al-Mabuk, 1989; Girard & Mullet, 1997; nähere Angaben zum Modell und den Befunden in Kapitel 2).

Einige Faktoren des konzeptuellen Modells des Verzeihens können direkt (wenn so im Modell postuliert) oder indirekt (wenn andere Kriterien wie das Wiederherstellen der sozialen Harmonie im Vordergrund stehen und ein anderes Kriterium daher nicht mehr relevant ist) mit Enrights Modell erklärt werden. Direkt gehören das Alter der verletzten Person, da dieses etwas darüber aussagt, in welcher Verzeihensstufe sich eine Person in etwa befinden sollte, die Racheneigung (erste Stufe des Modells), die Ernsthaftigkeit und die Aufhebung der Folgen (zweite Stufe des Modells) und die Erwartungen der anderen (dritte Stufe) dazu. Indirekt ist denkbar, dass beispielsweise die Wiederherstellung der sozialen Harmonie für Erwachsene, die sich in der fünften Stufe befinden, so wichtig ist, dass für sie zum Beispiel

im Gegensatz zu jüngeren Erwachsenen oder Jugendlichen wenig relevant ist, ob sich der Verursacher der Verletzung für seine Tat entschuldigt oder nicht.

1.6.4 Soziale Informationsverarbeitung

Der Wahrnehmung einer Verletzung folgen Attributionsprozesse. Zunächst werden die Ursachen für das eingetretene Ereignis identifiziert und ein verantwortlicher Verursacher definiert. Komplexe sozial-kognitive Prozesse führen schliesslich zur Entscheidung für oder gegen das Verzeihen als Bewältigungsmöglichkeit (Scobie & Scobie, 1998).

Auch Unterschiede in der sozialen Informationsverarbeitung können dazu beitragen, Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären. Bezogen auf die inneren und äusseren Faktoren des konzeptuellen Modells ist beispielsweise bekannt, dass das Motiv des Verursachers einen Einfluss auf das Verzeihen hat (geschah eine Tat absichtlich, fällt es schwerer, diese zu verzeihen), die Ernsthaftigkeit der Verletzung (eine gravierende Verletzung zu verzeihen fällt schwerer als eine leichte), und ob sich der Verursacher für die zugefügte Verletzung entschuldigt (hat) oder nicht. Um diese Informationen zu erkennen, braucht es ein gewisses Alter respektive gewisse kognitive Ressourcen. Zudem kann sich die Gewichtung einzelner Faktoren mit zunehmendem Alter verändern, wie es beispielsweise die sozioemotionale Selektivitätstheorie postuliert.

1.6.5 Motivationales Verzeihensmodell

Das motivationale Verzeihensmodell (McCullough, Fincham & Tsang, 2003) geht davon aus, dass im Verlauf des Verzeihens die Rache- und Vermeidungsmotivation abnehmen und stattdessen die Motivation, dem Verursacher mit Wohlwollen zu begegnen, zunimmt.

In Bezug auf innere und äussere Faktoren des konzeptuellen Modells zu Altersunterschieden im Verzeihen kann in Anlehnung an das sozial-kognitive Entwicklungsmodell (Enright, Santos & Al-Mabuk, 1989) vermutet werden, dass junge

Menschen stärkere Rachewünsche aufweisen als ältere (Faktor: Racheneigung), während ältere Personen die soziale Harmonie aufrechterhalten wollen (Faktor: Motivation oder Ziel), was mit positiven Gefühlen wie zum Beispiel Wohlwollen gegenüber dem Verursacher erreicht werden kann. In der Tat gibt es erste Befunde, die in diese Richtung zeigen. Phillips, Henry, Hosie und Milne (2006) fanden beispielsweise, dass ältere Erwachsene weniger oft Wut/Ärger ausdrückten, weniger Rachegeanken und ein besseres Emotionsmanagement hatten als jüngere Erwachsene, und Sorkin und Rook (2006) zeigten, dass für ältere Erwachsene die Aufrechterhaltung des Wohlwollens das häufigste Bewältigungsziel in einer Beziehung darstellte.

1.6.6 Maturitätsprinzip und Soziales Investitionsprinzip

Das Maturitätsprinzip nimmt an, dass Personen danach streben, Eigenschaften anzunehmen, welche für sie nützlich sind (Roberts & Wood, 2006). Personen werden demzufolge mit dem Alter sozial dominanter, verträglicher, gewissenhafter und emotional stabiler, was positive Auswirkungen hat für das soziale Zusammenleben und dieses erleichtert.

Ein verwandtes Prinzip ist das Investitionsprinzip (Lodi-Smith & Roberts, 2007). Dieses geht davon aus, dass Personen in verschiedenen Bereichen wie Arbeit, Familie und Gesellschaft soziale Rollen innehaben. Diese Rollen beinhalten kulturelle, gesellschaftliche und individuelle Erwartungen, wie eine Person sich in diesen Rollen zu verhalten hat. Eine aktive Investition in diese Rollen führt möglicherweise zu Persönlichkeitsentwicklung im Allgemeinen und zu grösserer Reife.

Bezogen auf das konzeptuelle Modell könnten beispielsweise die Faktoren Verträglichkeit und Neurotizismus mit diesen beiden Prinzipien erklärt werden und Altersunterschiede im Verzeihen begründen. Personen würden demzufolge über die Lebensspanne verträglicher und weniger neurotisch, weil sie in wichtige Rollen investieren und Persönlichkeitseigenschaften anstreben, die ihnen einen Nutzen bringen, und dies hätte

einen Einfluss darauf, dass ältere Personen verzeihender sind als jüngere. In Querschnitt- und Längsschnittstudien zeigte sich, dass Menschen mit dem Alter durchschnittlich verträglicher und weniger neurotisch werden (z. B. Roberts, Walton & Viechtbauer, 2006), zudem haben mehrere Studien belegt, dass Verträglichkeit positiv und Neurotizismus negativ mit dem Verzeihen korrelieren (z. B. Ashton, Paunonen, Helmes & Jackson, 1998; McCullough & Hoyt, 2002). Kapitel 5 untersucht die Frage, ob Verträglichkeit und Neurotizismus Altersunterschiede im Verzeihen teilweise erklären können.

1.6.7 Soziales Inputmodell des sozioemotionalen Alterns

Eine weitere Erklärung liefert das soziale Inputmodell des sozioemotionalen Alterns (Fingerman & Pitzer, 2007). Dieses nimmt an, dass jüngere und ältere Personen unterschiedliches Verhalten auf Seite ihres Umfeldes auslösen. Ältere Personen bemühen sich oftmals um positives Verhalten gegenüber sozialen Partnern und erhalten im Gegenzug auch positive Reaktionen. Gemäss dieser Theorie verhalten sich ältere Personen so, dass sie mit ihrem Verhalten weniger Anlass zu Verletzungen geben und daher auch Verzeihen weniger oft ein Thema ist.

Bezogen auf das konzeptuelle Modell könnte das soziale Inputmodell beispielsweise als Erklärung dienen für die unterschiedliche Verletzungshäufigkeit von jungen Erwachsenen, Erwachsenen mittleren Alters und älteren Erwachsenen.

1.6.8 Fazit zu Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen

Zusammengefasst zeigt sich, dass es verschiedene theoretische Modelle gibt, welche Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären vermögen. Ein detaillierter Überblick über diese und weitere Erklärungsansätze wird in Kapitel 2 und 3 gegeben, die Rolle der Faktoren Verletzungshäufigkeit und –intensität wird in Kapitel 4 theoretisch begründet und untersucht, diejenige der Faktoren Verträglichkeit und Neurotizismus in Kapitel 5.

1.7 Praktische Implikationen von Altersunterschieden im Verzeihen?

Das konzeptuelle Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen zeigt auf, dass Verzeihen einen Einfluss auf die psychische und physische Gesundheit und auf das soziale und subjektive Wohlbefinden hat, und dass auch hier das Alter eine Rolle spielen kann und daher berücksichtigt werden sollte. Nachdem Altersunterschiede im Verzeihen theoretisch begründet werden können und empirisch gefunden wurden, macht es Sinn, sie auch in der Praxis zu berücksichtigen. Da bisher auch diesbezüglich eine Verbindung zwischen der Verzeihenthematik und der Lebensspannen- und Alternsperspektive fehlte, werden im Rahmen dieser Dissertation erste, konkrete Ideen für Verzeihensinterventionen, welche altersspezifische Unterschiede mit einbeziehen, erläutert.

Zunächst werden Theorien aus der Entwicklungspsychologie zur Lebensspanne, ihr Bezug zum Verzeihen und die sich daraus für junge und ältere Erwachsene ergebenden Implikationen beschrieben (siehe nächster Abschnitt und Tabelle 1). Danach wird die in Kapitel 6 durchgeführte Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus für ältere Erwachsene vorgestellt und abschliessend beschrieben, wie eine altersspezifische Verzeihensintervention für junge Erwachsene aussehen könnte.

1.7.1 Verzeihensrelevante Veränderungen über die Lebensspanne und praktische Implikationen

Eine zentrale Theorie, welche Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären vermag, ist die sozioemotionale Selektivitätstheorie (Carstensen et al., 1999). Sie geht davon aus, dass die zeitliche Zukunftsperspektive einen massgebenden Einfluss auf die Motivation und soziale und emotionale Ziele hat, und dass als Folge einer unbeschränkt versus limitiert erscheinenden Zeitperspektive junge Personen eher zukunftsorientiert sind und ältere eher vergangenheitsorientiert. In Bezug auf Verzeihensinterventionen wird daher vermutet, dass

junge Personen sich eher interessieren, Strategien für zukünftige Verletzungen kennen zu lernen, wohingegen ältere Personen sich eher wünschen, Zeit und Strategien zu erhalten, um vergangene Verletzungen zu klären (siehe Tabelle 1).

Zudem wird in Anlehnung an die Lebensspannenperspektive nach Baltes (z.B. Baltes, 1987; Baltes et al., 2006) davon ausgegangen, dass die Lebenserfahrung zunimmt und dies einen positiven Einfluss auf die Bewältigung von Konflikten hat. Ältere Personen haben mehr Wissen und Erfahrung im Umgang mit Konflikten, und oftmals auch mehr Erfahrung im Umgang mit der Regulation von negativen Gefühlen. Diesbezüglich gälte es also vor allem, jüngere Erwachsene mit den Kernelementen des Verzeihens vertraut zu machen und ihnen Strategien zu vermitteln, welche ihnen bei der Emotionsregulation behilflich sind.

Des Weiteren gibt es Befunde, dass über die Lebensspanne die Verträglichkeit zunimmt und Neurotizismus abnimmt respektive die emotionale Stabilität zunimmt (z.B. Roberts et al., 2006, oder Kapitel 5). Verträglichkeit beinhaltet Facetten wie altruistisch, vertrauensvoll, warmherzig, empathisch, anständig und bescheiden, zudem zeigte sich, dass Personen mit hohen Verträglichkeitswerten weniger Konflikte in Beziehungen haben als weniger verträgliche Personen (Asendorpf & Wilpers, 1998). Neurotizismus hingegen zeichnet sich aus durch negative Emotionalität wie Ängstlichkeit, Grübeln, Wut und Depression (John, Naumann & Soto, 2008; John & Srivastava, 1999). Durch die Zunahme an Verträglichkeit und die Abnahme an Neurotizismus über die Lebensspanne ist anzunehmen, dass beispielsweise die für das Verzeihen relevante Fähigkeit zur Empathie, welche eine Facette von Verträglichkeit ist, ebenfalls ansteigt. Zudem gibt es erste Befunde, dass ältere Personen in Konfliktsituationen mehr Wohlwollen und weniger Rachegefühle empfinden als jüngere (z.B. Phillips et al., 2006; Sorkin & Rook, 2006). In einer Verzeihensintervention für junge Erwachsene ginge es demzufolge darum, Perspektivenübernahme, Empathie und das Empfinden von Dankbarkeit und Wohlwollen zu üben und zu erkennen, dass man selber

Tabelle 1

Verzeihensrelevante Veränderungen über die Lebensspanne und praktische Implikationen für junge und ältere Erwachsene

Über die Lebensspanne	Verzeihensrelevante Konsequenzen (Annahmen)	Verzeihen altersspezifisch fördern mit
Die zukünftige Zeitperspektive nimmt ab, die Orientierung wechselt von eher zukunftsorientiert zu eher vergangenheitsorientiert	Motivation und Ziele ändern sich. Aufrechterhaltung enger Beziehungen und des emotionalen Gleichgewichts werden wichtig im Alter. Junge Personen sind eher interessiert an Strategien für die Zukunft, ältere wünschen, vergangene Verletzungen zu klären.	J: Strategien für gegenwärtige und zukünftige Verletzungen erlernen Ä: Zeit und Strategien, um vergangene Verletzungen zu klären
Die Lebenserfahrung nimmt zu	Das Bewältigen von Konflikten wird einfacher, die Emotionsregulation verbessert sich.	J: Vertraut werden mit Kernelementen des Verzeihens, um die Fähigkeit zur Emotionsregulation zu steigern
Verträglichkeit nimmt zu, Neurotizismus nimmt ab	Fähigkeit zur Perspektivenübernahme und Empathie erhöhen sich, mehr Wohlwollen, weniger Rachegefühle	J: Perspektivenübernahme, Empathie, Wohlwollen und Dankbarkeit üben, „niemand ist perfekt“
Verletzungshäufigkeit und -intensität nehmen ab	Ältere Erwachsene werden weniger oft und intensiv verletzt – junge Erwachsene benötigen mehr Unterstützung bei der Bewältigung der Verletzung/während des Verzeihensprozesses	J: dito

Bemerkung. J = junge Erwachsene, Ä = Ältere Erwachsene.

auch Fehler macht und erleichtert ist, wenn einem diese verziehen werden.

Schliesslich konnte in Kapitel 4 gezeigt werden, dass ältere Personen weniger oft verletzt wurden und die Verletzungen weniger intensiv wahrgenommen und gefühlt haben als Personen mittleren Alters und als junge Erwachsene. Dies lässt wiederum den Schluss zu, dass jüngere Erwachsene und auch Erwachsene mittleren Alters Unterstützung benötigen bei der Bewältigung der Verletzung, und zwar vor allem, was das Erlernen von Strategien zur Regulation negativer Emotionen und Gedanken anbelangt.

1.7.2 Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus für ältere Erwachsene

Zahlreiche Verzeihensinterventionen wurden in den letzten beiden Jahrzehnten durchgeführt. Mehrheitlich fanden sie in einem eher klinischen Setting statt und hatten das Ziel, eine massive spezifische Verletzung zu verzeihen und das Ausmass an Depressivität und Ängstlichkeit zu senken (z.B. Coyle & Enright, 1997; Freedman, Enright & Knutson, 2005). Ausserdem fanden in der Paar- und Familientherapie einige Verzeihensinterventionen statt (z.B. Di Blasio, Worthington & Jennings, 2010; Gordon, Baucom & Snyder, 2005). Und schliesslich wurden Verzeihensinterventionen mit unterschiedlichen Zielgruppen durchgeführt, oftmals mit der Absicht, ein Interventionsprogramm zu validieren und/oder einem herkömmlichen gegenüberzustellen und zu untersuchen, welche Form sich als effektiv(er) herausstellt (z.B. McCullough, Worthington & Rachal, 1997; Rye & Pargament, 2002). Obwohl Verletzungen lebenslang geschehen und verzeihen lebenslang eine Option ist, existieren bislang nur zwei Verzeihensinterventionen mit älteren Personen (Hebl & Enright, 1993; Ingersoll-Dayton, Campbell & Ha, 2009). Beide Interventionen basieren auf einem therapeutischen Modell des Verzeihens (vgl. Freedman et al., 2005) und stellten sich als effektiv heraus. Im Gegensatz zu der in dieser Dissertation vorgestellten Interventionsstudie (Kapitel 6) ging es bei den zwei bisherigen Interventionsstudien mit älteren Erwachsenen nicht darum, die Verzeihensthematik mit der Lebensspannen - und Alternsperspektive zu

verknüpfen und die Intervention den Bedürfnissen älterer Personen anzupassen. Zudem bestand die erste Studie nur aus Teilnehmerinnen, hatte die zweite keine Kontrollgruppe, und bestanden beide Interventionen aus kleinen Stichproben.

Auch wenn der vorangehende Abschnitt und Tabelle 1 den Schluss zulassen, dass vor allem jüngere Erwachsene eine Verzeihensintervention nötig hätten, gibt es aus Sicht der Lebensspannen- und Alternsperspektive zahlreiche Gründe, wieso es auch wichtig ist, Interventionen zur Förderung des Verzeihens für ältere Erwachsene zu entwickeln.

Erstens zeigt die Lebensspannenperspektive auf, dass sich Verzeihen über die Lebensspanne entwickeln und verändern kann und ältere Personen mehr Wissen und eine bessere Urteilsfähigkeit haben, was das Leben und die Lebensbewältigung anbelangt (Baltes et al., 2006). Dies mag die Motivation zu verzeihen erhöhen. Zweitens postuliert die bereits mehrfach erwähnte sozioemotionale Selektivitätstheorie (Carstensen et al., 1999), dass im Alter emotionale Balance und sozial wertvolle, harmonische Beziehungen bevorzugt werden, wozu wiederum Verzeihen ein nützliches Mittel sein kann (Bono & McCullough, 2004). Drittens kann verzeihen helfen, negative Ereignisse aus der eigenen Lebensgeschichte zu verarbeiten und in positive Ereignisse (oder zumindest in neutrale) umzuwandeln. Die subjektive Rekonstruktion der eigenen Lebensgeschichte ist nach McAdams (1986) ein Grundfaktor für das psychologische Wohlbefinden und Funktionieren einer Person. Baker (2005) berichtete, dass dem Tod nahe Patienten verstärkt gewillt waren, über ungelöste psychosoziale Probleme wie familiäre Konflikte zu sprechen, auch wenn sie früher diese Diskussionen vermieden hatten. Viertens besagt Eriksons Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung (Erikson, 1959), dass die Herausforderung in der achten und letzten Stufe, die etwa ab 65 Jahren respektive ab der Pensionierung beginnt, darin besteht, auf das eigene Leben zurückzublicken und den nahenden Tod zu akzeptieren. Resultiert Zufriedenheit beim Rückblick auf das eigene Leben – und dieses kann beispielsweise mit Verzeihen erreicht oder gesteigert werden – so erleichtert dies die Akzeptanz des Lebensendes. Und schliesslich kann

Verzeihen als eine adaptive Kontrollstrategie betrachtet werden, die zum Ziel hat, das soziale und emotionale Wohlbefinden im Alter aufrechtzuerhalten. Während junge Erwachsene primäre Kontrollstrategien, welche persönliche Zielerreichung und die Überwindung von Hindernissen beinhalten, bevorzugen, neigen ältere Erwachsene gemäss Heckhausen, Wrosch und Schulz (2010) eher dazu, selbstschützende sekundäre Kontrollstrategien wie positive Neubewertung anzuwenden. In eine ähnliche Richtung tendieren Brandtstädter und Renner (1990) mit ihrer Annahme, dass jüngere Erwachsene öfter Gebrauch von assimilativen („changing the world“) und ältere Erwachsene öfters Gebrauch von akkomodativen („changing the self“) Strategien machen.

Zusammengefasst wurde ausgehend von den vorgestellten Argumenten angenommen, dass ältere Erwachsene ein erhöhtes Bedürfnis haben, vergangene interpersonale Verletzungen zu klären und in die Lebensgeschichte zu integrieren. Daher sollten Verzeihensinterventionen für ältere Personen angeboten werden, welche die altersspezifischen Bedürfnisse (Vergangenheitsorientierung, Wunsch nach Klärung) berücksichtigen und ausserdem auf das vorhandene Wissen und die vorhandene Lebenserfahrung aufbauen.

Die in Kapitel 6 vorgestellte Verzeihensintervention für ältere Erwachsene ab 60 Jahren baute auf bewährten, bisherigen Elementen auf und erweiterte diese um zwei Komponenten: Die erste zusätzliche Komponente betont die Wichtigkeit, vergangene negative Ereignisse zu reflektieren und zu verstehen. Dabei werden verletzungs- und verzeihensrelevante Kindheitserinnerungen erinnert und reflektiert. Zudem wird in einer weiteren Übung zunächst eine möglichst sachliche Beobachterperspektive eingenommen, und erst in einem zweiten Schritt reflektiert, welche Gedanken, Gefühle und welches Verhalten die Verletzung bei einem ausgelöst hat.

Die zweite zusätzliche Komponente baut auf der Wichtigkeit der sozioemotionalen Entwicklung im Alter auf und unterstützt ältere Erwachsene darin, Emotionen zu identifizieren, zu unterscheiden zwischen verschiedenen Emotionen, und zu lernen, auch

negative Emotionen zu akzeptieren (Baumann, Kessler & Linden, 2005). Dahinter steht die Annahme, dass das Verstehen der eigenen Emotionen und die Fähigkeit, diese zu regulieren, den Prozess des Verzeihens fördern kann und zudem emotionales und soziales Wohlbefinden aufrechterhält. Detailliert wird in Kapitel 6 auf die Interventionsstudie für ältere Erwachsene eingegangen.

1.7.3 Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus für junge Erwachsene

Nicht nur ältere, sondern auch junge Erwachsene könnten von einer Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus profitieren. Sie haben in der Regel noch weniger oft Konflikte und grössere Verletzungen erlebt und sind daher mehrheitlich weniger erfahren und abgehärtet, wenn es um die Verarbeitung von Konflikten und um Verzeihen geht, als ältere Personen. Gemäss der sozioemotionalen Selektivitätstheorie (Carstensen et al., 1999) kann vermutet werden, dass jüngere Personen mit unlimitiertem Zeithorizont es vorziehen, die Verletzung zu verdrängen, die Flucht nach vorne wagen und in neue Freundschaften investieren statt sich mit anstrengender Verzeihensarbeit auseinandersetzen zu müssen. Mit jungen Erwachsenen zu arbeiten könnte beispielsweise bedeuten, ihnen den Nutzen von Verzeihensstrategien für gegenwärtige und zukünftige Verletzungen aufzuzeigen, ihnen ein Werkzeug für die Gegenwart und die Zukunft in die Hand zu geben. Im Stil der Weisheitstherapie nach Schippan, Baumann und Linden (2004) könnten junge Erwachsene erst Kernkomponenten des Verzeihens und Strategien kennenlernen und diese an fiktiven Verletzungen üben, bevor sie diese auf eigene Verletzungen übertragen.

1.8 Ausblick auf folgende Kapitel

Nachdem im Einleitungskapitel anhand des konzeptuellen Modells die drei Ziele dieser Arbeit vorgestellt (für einen kurzen Überblick siehe 1.4) und danach einzeln eingeführt wurden (1.5-1.7), werden in den folgenden fünf Kapiteln diese Fragestellungen und zusätzliche,

spezifischere ausführlich thematisiert. Kapitel 7 wird diese Dissertation mit einer allgemeinen Diskussion und einem Fazit abschliessen.

2. Verzeihen und Selbstverzeihen über die Lebensspanne: Gegenwärtiger Forschungsstand und Forschungsperspektiven¹

2.1 Einleitung

Menschen werden im Laufe ihres Lebens mit interpersonalen Konflikten, Verletzungen und Kränkungen und deren negativen Konsequenzen konfrontiert. Das Spektrum von Beziehungsformen, das Raum und Gelegenheit bietet für Kränkungserfahrungen, ist breit. Angesichts von interpersonalen Verletzungen und Kränkungen (z.B. Zurückweisung oder Vertrauensmissbrauch) sind negative Gefühle wie Ärger, Wut, Hass, Zorn, Enttäuschung oder Niedergeschlagenheit sowie Rachedgedanken und Feindseligkeit üblich (Worthington & Wade, 1999). Längerfristig können emotionale Reaktionen auf erlebtes Unrecht in anhaltenden Groll und Verbitterung übergehen (Linden, Schippan, Baumann & Spielberg, 2004). Auf eine Verletzung ebenfalls verletzend zu reagieren bzw. Vergeltung zu üben („moving *against* people“), den Verursacher der Verletzung künftig zu meiden oder die Beziehung zu beenden („moving *away* from people“) stellen verbreitete Reaktionsweisen dar (McCullough, Worthington & Rachal, 1997).

Verzeihen stellt eine alternative Möglichkeit dar, wie Menschen mit Verletzungen und deren negativen Konsequenzen umgehen können. Es beinhaltet das bewusste Aufgeben oder Loslassen von negativen Gefühlen, Gedanken und Handlungsimpulsen gegenüber der verletzenden Person über die Zeit (McCullough, Fincham & Tsang, 2003; McCullough et al., 1998). Verzeihen hilft, geschehenes Unrecht zu verarbeiten, loszulassen und allenfalls in den eigenen Lebenslauf zu integrieren. Außerdem kann sich Verzeihen auch durch positive Tendenzen wie Wohlwollen gegenüber der verletzenden Person äußern („moving *toward*

¹ Eine ähnliche Version dieses Kapitels wurde in der „Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und pädagogische Psychologie“ (Allemand & Steiner, 2010) publiziert.

people“). Verzeihen bezieht sich nicht ausschließlich auf die verletzte Person, sondern ist gleichzeitig nach außen auf die andere Person gerichtet. Demgegenüber stellt Selbstverzeihen einen rein intrapersonalen Vorgang dar: Die Person selbst ist Missetäter und somit Gegenstand des Verzeihens (Hall & Fincham, 2005).

Im deutschsprachigen Raum ist die Verzeihensforschung bisher kaum vertreten, abgesehen von wenigen Ausnahmen (z.B. Bierhoff & Schwennen, 2006; Schwennen, 2008). Im englischsprachigen Raum hat das Thema Verzeihen in den letzten Jahren zunehmend Beachtung gefunden, nicht zuletzt wegen seiner Praxisrelevanz. Dabei ist eine beachtliche Anzahl wissenschaftlicher Beiträge erschienen, die sich mit der Bedeutung des Verzeihens für Wohlbefinden, Gesundheit und Beziehungen des Individuums sowie mit sozialen und gesellschaftlichen Folgen des Verzeihens beschäftigen (Enright & North, 1998; McCullough, Pargament & Thoresen, 2000; McCullough & Witvliet, 2002; Worthington, 1998, 2005). Das zunehmende Forschungsinteresse zeigt sich weiter in der Verortung der Verzeihensforschung in verschiedenen Disziplinen der Psychologie, die jeweils fachspezifische Akzentsetzungen mit sich bringt (Worthington, 2005). Entwicklungspsychologische Perspektiven des Verzeihens und Selbstverzeihens wurden bisher kaum beachtet. Mit dieser Übersichtsarbeit sollen deshalb die wichtigsten Befunde zu Verzeihen und Selbstverzeihen im Kindes- und Jugendalter sowie im Erwachsenenalter dargestellt und theoretische Erklärungsmöglichkeiten zur Entwicklung des Verzeihens über die Lebensspanne kritisch diskutiert werden.

Zunächst werden die Begriffe Verzeihen und Selbstverzeihen erläutert. Darüber hinaus sollen exemplarisch einige Verfahren zur Erfassung der beiden Konstrukte dargestellt werden. Danach wird der gegenwärtige Forschungsstand zum Verzeihen und Selbstverzeihen aus entwicklungspsychologischer Perspektive zusammengefasst. Schließlich werden theoretische Erklärungskonzepte für Altersunterschiede im Verzeihen dargestellt sowie Forschungsperspektiven skizziert.

2.2 Begriffsbestimmungen

Im Zuge der theoretischen Analyse und empirischen Untersuchung des Verzeihens sind zahlreiche Definitionen und theoretische Modelle vorgeschlagen worden (vgl. McCullough & Witvliet, 2002; Worthington, 2005). Von den meisten Autoren wird Verzeihen als ein komplexer Prozess verstanden, in dem kognitive (Thompson et al., 2005), affektive (Worthington & Scherer, 2004), behaviorale (Gordon, Baucom & Snyder, 2005), motivationale (McCullough et al., 2003) und relationale (Fincham, Hall & Beach, 2006) Faktoren interagieren und gemeinsam das Verhalten sowie intra- und interpersonale Folgen dieses Verhaltens bewirken (McCullough et al., 2000; Worthington, 2005). Dem situationsbezogenen Veränderungsprozess des Verzeihens wird eine situationsübergreifende, dispositionale Form im Sinne einer Bereitschaft zu verzeihen zur Seite gestellt (Roberts, 1995). Im Folgenden werden die Begriffe Verzeihen, Verzeihensdisposition und Selbstverzeihen erläutert.

2.2.1 Situationsbezogene Analyseebene

Verzeihen. Verzeihen bezieht sich auf eine erlebte Verletzungserfahrung und richtet sich auf den Verursacher dieser spezifischen Verletzung. Im Mittelpunkt der meisten Definitionen steht die Idee eines *intra-* und *interindividuellen* Prozesses, der sich in einer prosozialen Veränderung von Emotion, Kognition und Verhalten gegenüber dem Missetäter äußert (Enright, Freedman & Rique, 1998; Fincham, 2000; McCullough et al., 2000). Dagegen sehen McCullough und Kollegen Verzeihen vor allem als motivationalen Veränderungsprozess, in dem Rache- und Vergeltungswünsche sowie Vermeidungstendenzen gegenüber dem Missetäter überwunden werden und eine prosoziale Orientierung gegenüber dem Missetäter zunimmt (*benevolence*; McCullough et al., 2003). Der prozessuale Charakter des Verzeihens wird in verschiedenen theoretischen Modellen weiter ausdifferenziert (Gordon et al., 2005; Worthington, 2001). Beispielsweise befasst sich das Prozessmodell von Scobie und Scobie

(1998) mit kognitiven und affektiven Prozessen, die vor dem eigentlichen Verzeihensprozess ablaufen. Andere Modelle beschäftigen sich explizit mit dem Verzeihensprozess und unterscheiden verschiedene Phasen des Verzeihens (Enright & Fitzgibbons, 2000; Freedman, Enright & Knutson, 2005).

Verzeihen wird als Veränderungsprozess aufgefasst, der eine bewusste Entscheidung beinhaltet, sich auf den Verzeihensprozess einzulassen. Verzeihen findet im Wissen um die Verantwortlichkeit des Missetäters statt (McCullough & Witvliet, 2002). Schuldgeständnisse, Reuebekundungen und Entschuldigungen können Verzeihen zwar beeinflussen (Takaku, 2001), sie stellen jedoch keine notwendigen Voraussetzungen dar (Fincham, 2000). Studien haben gezeigt, dass Verzeihen durch verschiedene personale und situationale Faktoren wie der Schweregrad der Verletzung erschwert oder begünstigt wird (McCullough & Witvliet, 2002).

Selbstverzeihen. Das Selbstverzeihen unterscheidet sich vom Verzeihen vor allem dadurch, dass der Fokus des Verzeihens auf die eigene Person als Missetäter gerichtet ist. Dabei kann jemand sich verzeihen, was er einer anderen Person angetan hat oder was er sich selbst angetan hat. Hall und Fincham (2006) weisen darauf hin, dass es eine stärkere Notwendigkeit gibt, mit sich selbst ins Reine zu kommen als anderen zu verzeihen, da die Konsequenzen des Nichtverzeihens beim Ersteren für das Selbst gravierender sind als beim Letzteren (für eine ausführliche Gegenüberstellung der beiden Konstrukte: vgl. Hall & Fincham, 2005). Selbstverzeihen wird als *intraindividueller* Prozess verstanden, der sich in einer prosozialen Veränderung von Emotion, Kognition und Verhalten gegenüber sich selbst äußert (Tangney, Boone & Dearing, 2005). Dies beinhaltet die Überwindung von Selbstablehnung, Ärger und Groll gegenüber sich selbst infolge eines Fehlverhaltens oder einer verschuldeten Missetat und die Neutralisierung von Reuegefühlen und Selbstvorwürfen. Hall und Fincham (2005, 2008) haben Selbstverzeihen analog zur motivationalen Sichtweise des Verzeihens als Veränderungsprozess konzipiert und empirisch untersucht. Dabei werden

Rache- und Vergeltungswünsche (z.B. sich selbst bestrafen) sowie die Vermeidung von Stimuli, die an das persönliche Vergehen erinnern, überwunden. Darüber hinaus nimmt die Akzeptanz gegenüber der eigenen Person zu, die sich in der Entwicklung einer mitfühlenden und liebevollen Haltung gegenüber sich selbst als fehlbare Person zeigt. Im Vergleich zur Verzeihensliteratur liegen bisher wenige konzeptuelle Ansätze zum Selbstverzeihen vor. Beispielsweise ist unklar, ob das aktuelle Selbst einem früheren Selbst verzeiht und ob dies möglicherweise im Rahmen einer Reduktion von Real-Ideal-Diskrepanzen im Selbstwissen geschieht. Theorien zum Selbst und Selbstkonzepts könnten hierzu einen theoretischen Rahmen bieten.

2.2.2 Situationsübergreifende Analyseebene

Verzeihensdisposition. In Anlehnung an Definitionen von Persönlichkeitseigenschaften wird dispositionales Verzeihen als Persönlichkeitseigenschaft konzipiert, die transsituativ und zeitlich konsistent zwischen Personen variiert (Allemand, Sasson-Meng, Huber & Schmitt, 2008; Berry, Worthington, Parrott, O'Connor & Wade, 2001; Brown, 2003). Demzufolge kann die Bereitschaft zu verzeihen als initialer Schritt in der individuellen Entscheidung, anderen zu verzeihen, verstanden und angenommen werden, dass eine hohe Ausprägung im dispositionalen Verzeihen das Verzeihen begünstigen kann (vgl. Roberts, 1995).

Theoretische Überlegungen betreffen die Verortung der Verzeihensdisposition im Kontext der Big Five Persönlichkeitseigenschaften (John, Naumann & Soto, 2008). Insbesondere die Eigenschaften Verträglichkeit und Neurotizismus werden in Zusammenhang mit der Bereitschaft zu verzeihen gebracht. Die Eigenschaft Verträglichkeit enthält Facetten, die mit dem Verzeihen unmittelbar in Verbindung stehen, insbesondere Vertrauen, Nächstenliebe, Empathie, die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme sowie das Bedürfnis nach harmonischen, wohlwollenden und kooperativen Beziehungen (John et al., 2008). Ein positiver Zusammenhang zwischen Verträglichkeit und dispositionalem Verzeihen konnte

mehrfach empirisch nachgewiesen werden (z.B. Allemand, Sassin-Meng et al., 2008; Berry, Worthington, O'Connor, Parrott & Wade, 2005; Mullet, Neto & Rivière, 2005).

Neurotizismus sowie seine Komponenten Ängstlichkeit, Depressivität und Feindseligkeit erweisen sich als hinderlich für dispositionales Verzeihen (z.B. Allemand, Job, Christen & Keller, 2008; Brown, 2003; Mullet et al., 2005). Empirische Untersuchungen zeigen zudem, dass die Bereitschaft zu verzeihen negativ mit habitueller Ärgerneigung, negativer Affektivität, chronischem Groll und Rumination korreliert (McCullough, Bellah, Kilpatrick & Johnson, 2001; Rye et al., 2001; Thompson et al., 2005). Wiederholt wurde in der Literatur ein positiver Zusammenhang zwischen Offenheit für Erfahrungen und dispositionalem Verzeihen berichtet (Mullet et al., 2005). Menschen mit ausgeprägter Offenheit verfügen auf Grund ihrer umfangreichen Lebenserfahrung vermutlich über die Fähigkeit, soziale Situationen flexibler und komplexer zu interpretieren und mehr mögliche Motive und Gründe für eine widerfahrene Kränkung oder Verletzung zu erkennen als Menschen mit geringer Offenheit. Insgesamt weisen die Befunde auf Zusammenhänge mit einigen Persönlichkeitseigenschaften hin.

Selbstverzeihensdisposition. Analog zum dispositionalen Verzeihen wird dispositionales Selbstverzeihen als zeitlich stabile und situationsübergreifende Persönlichkeitseigenschaft konzipiert (Tangney et al., 2005; Thompson & Snyder, 2003). Es ist davon auszugehen, dass eine hohe Ausprägung im dispositionalen Selbstverzeihen das Selbstverzeihen begünstigen kann. Die vorliegenden Befunde weisen auf negative Zusammenhänge zwischen der Bereitschaft sich selbst zu verzeihen und dispositionalem Scham- und Schuldbewusstsein, Ängstlichkeit, negativem Affekt und Vermeidungstendenzen und auf positive Zusammenhänge mit Lebenszufriedenheit und positivem Selbstwertgefühl hin (Fisher & Exline, 2006; Thompson et al., 2005; Walker & Gorsuch, 2002). Darüber hinaus konnte ein negativer Zusammenhang zwischen Neurotizismus und der Selbstverzeihensdisposition mehrfach empirisch nachgewiesen werden (Mullet et al., 2005).

2.3 Messung von Verzeihen und Selbstverzeihen

Bisher liegen mit wenigen Ausnahmen nur englischsprachige Messinstrumente zur Erfassung von Verzeihen und Selbstverzeihen vor (vgl. McCullough, Hoyt & Rachal, 2000; Thompson & Snyder, 2003). Das Enright Forgiveness Inventory (EFI; Enright, Rique & Coyle, 2000) ist ein 60 Items umfassender Selbstbeurteilungsfragebogen zur Messung von *Verzeihen*. Erfasst wird das Ausmaß aktueller Emotionen, Kognitionen und Verhaltensweisen gegenüber dem Missetäter einer spezifischen Verletzung. Ein weiteres wichtiges Messinstrument stellt das Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18; McCullough et al., 2003) dar. Dieser Selbstbeurteilungsbogen misst drei Komponenten der Motivation, ein bestimmtes Vergehen zu verzeihen: Rache, Vermeidung und Wohlwollen (*benevolence*). Wohl, DeShea und Wahkinney (2008) haben kürzlich die State Self-Forgiveness Scale (SSFS) vorgelegt. Das 17 Items umfassende Selbstbeurteilungsinstrument erfasst zwei Komponenten des *Selbstverzeihens*: Selbstverzeihende Gefühle und Handlungen und selbstverzeihende Überzeugungen. Mit Ausnahme der SSFS liegen bisher keine validierten Messinstrumente zur Erfassung von Selbstverzeihen vor.

Messinstrumente zur Messung der *Verzeihensdisposition* bedienen sich mehrheitlich zweier Formate: Eine erste Methode verwendet die Selbstbeurteilung von Aussagen zur Bereitschaft zu verzeihen. Ohne Bezug zu konkreten Verzeihenssituationen werden globale Haltungen erfasst, die das Verzeihen erleichtern oder erschweren. Mehrere Instrumente lassen sich diesem Format zuordnen (z.B. Berry et al., 2005; Thompson et al., 2005). Exemplarisch sollen hier die Tendency to Forgive Scale (TTF; Brown, 2003) sowie der Forgivingness Questionnaire (Mullet, Houdbine, Laumonier & Girard, 1998) erwähnt werden. Mit der TTF Skala wird die Bereitschaft zu verzeihen global anhand von vier Items erfasst. Der Forgivingness Questionnaire (FQ) von Mullet et al. (1998) erhebt vier Faktoren dispositionalen Verzeihens: Verzeihens- vs. Rachebereitschaft, persönliche und soziale Umstände, Blockierung des Verzeihens sowie Schwierigkeiten zu verzeihen.

Die zweite Variante bedient sich der Vignettenmethodik und setzt hypothetische Verletzungsszenarien ein. Probanden sollen sich gedanklich und gefühlsmäßig in vorgegebene Situationen hineinversetzen und ihre Bereitschaft zu verzeihen einschätzen. Es liegen verschiedene Messinstrumente mit diesem Format vor (z.B. Berry et al., 2001; Rye et al., 2001). Exemplarisch soll hier die Skala der Bereitschaft zu verzeihen (SBV; Allemand, Sasson-Meng et al., 2008) erwähnt werden. Das deutschsprachige Messinstrument erfasst zwei Komponenten dispositionalen Verzeihens: die Bereitschaft, anderen Menschen zu verzeihen, wenn diese ihre Tat bedauern vs. die Bereitschaft, anderen Menschen zu verzeihen, wenn diese ihre Tat nicht bedauern.

Es liegen sehr wenige Messinstrumente zur Erfassung der *Selbstverzeihendisposition* vor. Beispielsweise haben Thompson und Snyder (2003) mit der Heartland Forgiveness Scale (HFS) einen Selbstbeurteilungsfragebogen vorgelegt, der drei dispositionale Verzeihensformen erfasst: Die Bereitschaft sich selbst und anderen zu verzeihen sowie bestimmten Umständen oder Schicksalsschlägen (Thompson et al., 2005). Die letztgenannte Form bezieht sich auf Situationen, in denen niemand für die Tat verantwortlich gemacht werden kann. Selbstverzeihen wird im HFS mittels sechs Items erfasst.

2.4 Gegenwärtiger Forschungsstand

Im Folgenden werden Studien zu Verzeihen und Selbstverzeihen im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter dargestellt. Der Fokus richtet sich auf Studien, welche sich mit entwicklungspsychologischen Fragestellungen beschäftigen. Darüber hinaus werden einige Studien berücksichtigt, in denen es nicht explizit um den Zusammenhang zwischen Verzeihen und Alter ging, in denen jedoch Altersunterschiede im Verzeihen berichtet wurden. Es wird jeweils zwischen situationsbezogenem und situationsübergreifendem Verzeihen und Selbstverzeihen unterschieden.

Tabelle 2 gibt einen Überblick über die ausgewählten Studien, deren Stichprobengröße, das Alter der Probanden, das Messinstrument zur Erfassung von Verzeihen und Selbstverzeihen, die Analyseebene und die jeweilige theoretische Begründung für die gefundenen Altersunterschiede. In der Beschreibung der ausgewählten Studien wird auf die Fragestellung, die Methode, diejenigen Befunde, welche Verzeihen betreffen, und die Interpretation der Autoren eingegangen.

2.4.1 Verzeihen und Selbstverzeihen im Kindes- und Jugendalter

Verzeihen. Darby und Schlenker (1982) haben die erste empirische Untersuchung zum Verzeihen im Kindes- und Jugendalter durchgeführt. Der Schwerpunkt ihrer Arbeit lag auf der Frage, wie sich Entschuldigungen auf Schuld und Bestrafung auswirken, dabei wurde auch das Verzeihen erhoben. In einem ihrer Experimente wurden Kindern unterschiedlichen Alters (Altersangaben in Tabelle 2) Vignetten vorgelegt, in welchen ein Kind beim Spielen ein anderes Kind verletzt. Hierbei wurden drei Variablen systematisch variiert: Ob die Tat absichtlich geschah oder nicht, ob das Motiv ein positives oder negatives war und ob sich der Missetäter entschuldigte oder nicht. Die Befunde weisen darauf hin, dass Entschuldigungen helfen, die negativen Auswirkungen auf den Verursacher zu reduzieren. Bei den älteren Kindern wirkte sich die Form der Entschuldigung differenziell auf das Verzeihen aus: Je ausgeprägter die Entschuldigung, desto verzeihender waren die älteren Kinder. Dieses Muster zeigte sich nicht bei den jüngeren Kindern (Cohen's $d = 0.65$), was darauf zurückgeführt wurde, dass jüngere Kinder soziale Informationen weniger gut integrieren und soziale Konventionen weniger gut abschätzen können.

Enright, Santos und Al-Mabuk (1989) haben in Anlehnung an Kohlbergs (1976) Modell der moralischen Entwicklung ein sozial-kognitives Entwicklungsmodell des Verzeihens entwickelt und in zwei Studien überprüft. Das Verzeihensmaß wurde anhand eines Interviews erhoben. Beide Studien haben gezeigt, dass Kinder signifikant niedrigere Verzeihenswerte als

Tabelle 2. *Überblick über Studien zu Altersunterschieden im Verzeihen*

Studie	N	Alter	Messinstrument	Ebene	Verzeihen	Erklärungsansatz
Allemand (2008)	357	18-83	VI(1)	2	ältere > jüngere	Sozioemotionale Selektivitätstheorie
Cheng & Yim (2008)	180	18-92	VI(6)	1	ältere > jüngere	Sozioemotionale Selektivitätstheorie
Chiaramello et al. (2008)	509	11-15	FQ	2	ältere < jüngere	Unterschiedliche Messmethode; hohe Gewaltbereitschaft beeinflusst Verzeihensverhalten
Darby & Schlenker (1982)	101	6-12	VI(1)	1	ältere > jüngere	Sozial-kognitiver Entwicklungsstand variiert
Enright et al. (1989; Studie 1 und 2)	59	9-36	FI	1	ältere > jüngere	Moralische Entwicklung des Verzeihens
	60	9-34				
Ghaemmaghami, Allemand & Martin (im Druck)	214	16-90	TRIM-18	1	ältere > jüngere	—
Girard & Mullet (1997)	236	15-96	VI (1)	2	ältere > jüngere	Moralische Entwicklung des Verzeihens
Hammond et al. (2006)	216	18-78	FOS	1	ältere > jüngere	—
Konstam et al. (2001)	148	—	EFI	1	ältere < jüngere	Unterschied nur bei Männern: N klein; Frauen stufen Verzeihen als belangericher ein
Lawler-Row & Piferi (2006)	425	50-95	FPI	2	ältere > jüngere	—
Lee & Chard (2003)	43	—	VI(1)	1	ältere > jüngere	Weisheit und Hinweis auf Mullet et al. (1998)
Macaskill (2007) ^a	450	—	HFS	2	ältere > jüngere	—
Mullet et al. (1998)	474	18-66+	FQ	2	ältere > jüngere	Weisheit

Studie	N	Alter	Messinstrument	Ebene	Verzeihen	Erklärungsansatz
Mullet et al. (2003; Studie 1 und 2)	774 388	18-65+ 21-40	FQ	2	ältere > jüngere	Mehr Lebenserfahrung, Verzeihen als Lebensstil
Mullet et al. (2006)	498	18-72	FQ	2	—	—
Park & Enright (1997)	60	12-22	UFI, DFS	1	ältere > jüngere	Moralische Entwicklung des Verzeihens
Pratt et al. (2008)	74	—	IV	1	ältere > jüngere	Reife, weniger Autonomiebestreben
Romero & Mitchell (2008)	68	18-92	WFS	1	ältere > jüngere	Unterschiedlicher Wutpegel/höhere Religiosität
Stein et al. (2008)	4351	18-65+	VI(2)	1	ältere > jüngere	—
Subkoviak et al. (1995)	394	—	EFI, VI(1)	1	ältere > jüngere	Moralische Entwicklung des Verzeihens
Toussaint et al. (2001) ^a	1423	18-65+	VI(12)	2	ältere > jüngere	—
Younger et al. (2004; Studie 2)	83	27-72	AFS	1	ältere > jüngere	—

Anmerkungen. ^a Verzeihen und Selbstverzeihen wurden erhoben. VI = Verzeihensitems (Anzahl Items), FQ = Forgivingness Questionnaire, FI = Forgiveness Interview, TRIM-18 = Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory, FOS = Forgiveness Scale, EFI = Enright Forgiveness Inventory, FPI = Forgiving Personality Inventory, HFS = Heartland Forgiveness Scale, UFI = Understanding Forgiveness Interview, DFS = Degree of Forgiveness Scale, IV = Interview, WFS = Wade Forgiveness Scale, AFS = Acts of Forgiveness Scale. Ebene: 1 = situationsbezogene Analyseebene (*Verzeihen*), 2 = situationsübergreifende Analyseebene (*Verzeihensdisposition*).

Studenten und Erwachsene erreichten und Jugendliche signifikant weniger verzeihen als Erwachsene (Studie 1: $r = .72$; Studie 2: $r = .37$). Diese Befunde sprechen für das Entwicklungsmodell des Verzeihens und weisen gemäß Autoren darauf hin, dass sich das Verzeihen mit dem Alter entwickelt.

Park und Enright (1997) untersuchten Verzeihen im Kontext von Freundschaftskonflikten bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Korea. Die Autoren gingen davon aus, dass Personen entwicklungsbedingt ein rachgieriges (Verzeihen erfolgt erst nach Vergeltung oder Kompensation), ein externes (Verzeihen wird ausgelöst durch sozialen Gruppendruck) oder ein internes Verzeihensverständnis (Verzeihen geschieht aus Wohlwollen oder Liebe, ohne Vorbehalte) aufweisen und dass es eine positive Beziehung zwischen dem Alter und dem Verzeihensverständnis einer Person gibt. Untersucht wurden die Zusammenhänge zwischen dem Verzeihensverständnis und dem Verzeihen gegenüber einem verletzenden Freund sowie zwischen dem Verzeihensverständnis und dem Maß, mit welchem versucht wird, die Freundschaft wiederherzustellen. Das Verzeihensverständnis wurde mittels Interview (siehe Tabelle 2), die anderen beiden Maße mittels Fragebogen erhoben. Es zeigte sich, dass das Verzeihensverständnis positiv mit dem Alter korreliert ($r = 0.51$). Das Verzeihensverständnis der Studenten war signifikant höher als dasjenige der Schüler ($d = 1.10$). Ebenso wurde ein positiver Zusammenhang gefunden zwischen dem Verzeihensverständnis und den Strategien zur Wiederherstellung der Freundschaft ($r = 0.55$). Nur partiell bestätigen ließ sich die Annahme, dass es einen Zusammenhang zwischen dem Verzeihensverständnis und der Tatsache gibt, ob jemand seinem Freund/seiner Freundin vergibt (vgl. Park & Enright, 1997, S. 399). Insgesamt interpretieren die Autoren die Befunde als konsistent mit denjenigen aus der Studie von Enright et al. (1989).

Selbstverzeihen. Bisher liegen keine veröffentlichten Studien zu Altersunterschieden beim Selbstverzeihen im Kindes- und Jugendalter vor.

Verzeihensdisposition. Chiaramello, Mesnil, Muñoz Sastre und Mullet (2008) überprüften mittels des Forgivingness Questionnaires (siehe oben) ein vierfaktorielles Modell der Verzeihensdisposition in einer Stichprobe von Jugendlichen der sechsten bis neunten Klasse. Die vier Faktoren der Verzeihensdisposition, die in Stichproben Erwachsener gefunden wurden, konnten auch mit Jugendlichen repliziert werden. Die Verzeihensbereitschaft und die Sensitivität für persönliche und soziale Umstände waren bei den älteren Jugendlichen signifikant niedriger ausgeprägt als bei jüngeren, die Grollneigung und die Rachebereitschaft signifikant höher. Somit konnte nur die Annahme, dass die Sensitivität für Umstände mit dem Alter abnimmt, bestätigt werden. Die Autoren vermuten, dass die Diskrepanz durch Unterschiede bei der Wahl der Methoden verursacht wurde oder das Verzeihensmuster junger Personen durch die Jugendgewalt anders geprägt wird. Vorstellbar ist auch, dass ein Altersabstand von je einem Jahr zwischen den vier Gruppen zu gering ist, um Altersunterschiede im Verzeihen festzustellen, oder dass die Pubertät eine Sonderstellung einnimmt.

Selbstverzeihensdisposition. Bisher liegen keine veröffentlichten Studien zu Altersunterschieden zur Selbstverzeihensdisposition im Kindes- und Jugendalter vor.

Fazit. Der aktuelle Forschungsstand zu Verzeihen im Kindes- und Jugendalter beschränkt sich auf ein paar wenige querschnittlich angelegte Studien. Zum Selbstverzeihen von Kindern oder Jugendlichen existieren bisher keine Publikationen. Vergleicht man die vorliegenden Studien, so zeigt sich, dass Darby und Schlenker (1982) die gefundenen Altersunterschiede im Verzeihen mit dem unterschiedlichen Stand der sozial-kognitiven Entwicklung der Kinder und Jugendlichen erklären, während die anderen Studien sich vor allem am sozial-kognitiven Verzeihensmodell von Enright et al. (1989) orientiert haben. Die Befunde weisen alle darauf hin, dass das Verzeihen im Kindes- und Jugendalter zunimmt. Eine Ausnahme stellt die Studie von Chiaramello et al. (2008) dar. Auf diese Diskrepanz wird im Abschnitt über die theoretischen Erklärungskonzepte eingegangen.

2.4.2 Verzeihen und Selbstverzeihen im Erwachsenenalter

Verzeihen. Subkoviak et al. (1995) untersuchten Verzeihen bei Studenten und deren gleichgeschlechtlichem Elternteil. Die Probanden wurden gebeten, sich an die letzte Erfahrung zu erinnern, bei welcher sie von jemandem auf schmerzliche und unfaire Weise verletzt wurden, und anschließend das Enright Forgiveness Inventory (siehe oben) auszufüllen. Junge Erwachsene verzeihen weniger ($d = 0.42$), zeigten mehr negativen ($d = 0.41$) und weniger positiven Affekt ($d = 0.40$) gegenüber einer verletzenden Person als ihre Mutter oder ihr Vater. Die Befunde waren erwartungskonform mit den Annahmen des sozial-kognitiven Entwicklungsmodells des Verzeihens (Enright et al., 1989; siehe unten).

Lee und Chard (2003) befassten sich mit dem Zusammenhang zwischen Verzeihen, Selbstaktualisierung, Alter und sozialer Nähe. Die Autoren gaben Studenten eine fiktive Verletzung vor, in welche sie sich hineinversetzen sollten. Die interessierenden Variablen wurden mittels Fragebogen erhoben. Die Prädiktoren erklärten insgesamt 23% Varianz im Verzeihen, wobei das Alter und die Selbstaktualisierung signifikante positive Prädiktoren des Verzeihens darstellten (vgl. Lee & Chard, 2003, S. 958). Verzeihen und Alter korrelierten positiv ($r = .32$), was von den Autoren in Anlehnung an Mullet et al. (1998) mit Weisheit in Verbindung gebracht wurde.

Younger, Piferi, Jobe und Lawler (2004, Studie 2) haben mit Fragebogen und Interviews das Verzeihen, das Verzeihensverständnis von Laien und Gründe für und gegen das Verzeihen bei Studierenden und Erwachsenen untersucht. In der zweiten Studie zeigte sich ein Alterseffekt: Ältere Erwachsene wiesen signifikant höhere Verzeihenswerte auf als die jüngeren ($d = 0.30$), was von den Autoren als konsistent mit früheren Befunden kommentiert wurde.

Basierend auf der Sozioemotionalen Selektivitätstheorie (SST; Carstensen, Isaacowitz & Charles, 1999) haben Cheng und Yim (2008) die Rolle der zeitlichen Zukunftsperspektive (ZZP) für das Verzeihen untersucht. Den jungen und den älteren Erwachsenen wurden

hypothetische Verletzungsszenarien vorgelegt. Ältere Personen wiesen im Durchschnitt höhere Verzeihenswerte auf als jüngere ($\eta^2 = .030$). Zudem zeigte sich, dass junge Erwachsene signifikant verzeihender waren, wenn ihre ZZP begrenzt war, als wenn sie neutral oder expandierend war. Ältere Erwachsene erreichten ebenfalls die höchsten Verzeihenswerte in der begrenzten Bedingung. In der expandierenden Bedingung fielen die Verzeihenswerte der älteren Erwachsenen signifikant niedriger aus als in der neutralen Bedingung. Diese Befunde sprechen dafür, dass Altersunterschiede im Verzeihen zumindest teilweise auf die unterschiedliche ZZP von jungen vs. alten Personen zurückzuführen sind (vgl. Allemand, 2008).

Zwei Studien befassten sich mit Altersunterschieden im Verzeihen auf dem Hintergrund des motivationalen Ansatzes des Verzeihens (McCullough et al., 2003). Romero und Mitchell (2008) untersuchten das Verzeihen einer spezifischen Verletzung bei jüngeren und älteren römisch-katholischen Frauen. Die Teilnehmerinnen beschrieben eine Verletzung und füllten danach die Wade Forgiveness Scale (WFS; Brown, Gorsuch, Rosik & Ridley, 2001) aus. Ältere Frauen waren in mehreren Dimensionen der WFS signifikant verzeihender als jüngere Frauen (vgl. Romero & Mitchell, 2008, S. 59). Die höhere Religiosität/Spiritualität bei den älteren Frauen sowie die größere Wut über die Verletzung bei den jüngeren Frauen könnten gemäß den Autoren eine mögliche Erklärung für Altersunterschiede im Verzeihen sein.

Ghaemmaghami, Allemand und Martin (im Druck) interessierten sich für Alters- und Geschlechtsunterschiede im Verzeihen beim Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (siehe oben). Die Befunde zeigen einen Alterseffekt bezüglich der Motivation, sich für das Vergehen zu rächen. Höheres Alter war mit geringeren Rache- und Vergeltungswünschen assoziiert. Dieser Alterseffekt fand sich vor allem bei Männern. Jüngere Männer wiesen signifikant höhere Rache- und Vergeltungswünsche auf als Erwachsene im mittleren und höheren Alter.

Pratt, Norris, Cressman, Lawford und Hebblethwaite (2008) interviewten Eltern zu Problemen bei der Betreuung und dem Umgang der Großeltern mit den Enkelkindern. Verzeihen wurde als eine Möglichkeit, mit interpersonellen Schwierigkeiten zwischen Eltern und Großeltern umzugehen, betrachtet. Das Alter der Eltern war signifikant positiv mit dem Ausmaß an Verzeihen der Eltern gegenüber den Großeltern assoziiert (Mutter: $r = .50$; Vater: $r = .33$). Diesen Befund begründen Pratt und Kollegen (2008) mit der Reife der älteren Eltern respektive mit dem Autonomiebestreben jüngerer Eltern, welche mehr Mühe haben, die (Gross-) Eltern einzubeziehen und daher auch mehr Konflikte und weniger Versöhnungsbereitschaft aufweisen.

In den folgenden drei Studien ging es nicht primär um eine entwicklungspsychologische Fragestellung zum Verzeihen, aber es wurden Altersunterschiede im Verzeihen berichtet. Konstam, Chernoff und Deveney (2001) untersuchten in einer Fragebogenstudie die Rolle von Scham, Schuld, Wut und Empathie für das Verzeihen im Erwachsenenalter. Die Ergebnisse weisen auf Geschlechtseffekte hin. Während das Alter bei den Frauen keinen Einfluss auf das Verzeihensausmaß hatte, wurde dasjenige der Männer durch die Variablen Alter, Scham und Stolz beeinflusst. Je älter die Probanden waren und je größer das Ausmaß an empfundener Scham war, desto geringer war ihr Verzeihensausmaß. Alter und Stolz für bestimmte Verhaltensweisen trugen zum Verzeihen bei. Da die männliche Stichprobe sehr klein war, sollten diese Befunde mit Vorsicht interpretiert werden. Die Autoren vermuten, dass weibliche Personen den Verzeihensprozess als zentral betrachten für erfolgreiche Beziehungen, wohingegen männliche Personen mehr Mühe haben, Verzeihen als vitale Komponente in sozialen Beziehungen zu sehen.

Hammond, Banks und Mattis (2006) erforschten bei afroamerikanischen Männern anhand von Fragebogen die direkten und interaktiven Zusammenhänge zwischen Männlichkeitsideologie (wie z.B. restriktive Emotionalität) und dem Verzeihen im Umgang mit Rassendiskriminierung. Sie fanden zahlreiche komplexe Zusammenhänge und erwähnen

einen kleinen, positiven Zusammenhang zwischen dem Alter der Männer und dem Verzeihen ($r = .14$).

Stein et al. (2008) befragten Südafrikaner zum Einfluss der südafrikanischen Wahrheits- und Versöhnungskommission auf das psychische Leiden und das Verzeihen. Das Alter stellte in verschiedenen Vorhersagemodellen durchgehend einen signifikanten positiven Prädiktor für Verzeihen dar. Die Autoren verzichteten auf eine Interpretation dieses Befundes.

Selbstverzeihen. Bisher liegen keine veröffentlichten Studien zu Altersunterschieden beim Selbstverzeihen im Erwachsenenalter vor.

Verzeihensdisposition und Selbstverzeihensdisposition. Ausgehend vom sozial-kognitiven Verzeihensmodell von Enright et al. (1989) untersuchten Girard und Mullet (1997) bei Jugendlichen und Erwachsenen den Einfluss verschiedener Einflussfaktoren auf die Bereitschaft zu verzeihen. Den Probanden wurden hypothetische Geschichten vorgelegt, bei welchen die Einflussfaktoren variiert waren. Die Befunde ergaben einen linearen Alterseffekt im Verzeihen im Sinne einer Zunahme über die Lebensspanne. Entschuldigungen waren wichtiger für Jugendliche und junge Erwachsene als für ältere Personen, und alte Personen waren unabhängig vom Vorkommen einer Entschuldigung eher bereit zu verzeihen als Jugendliche. Das Aufheben der Folgen wirkte sich stärker auf die Verzeihensbereitschaft von Jugendlichen und alten Erwachsenen als auf diejenige von jungen Erwachsenen, Erwachsenen mittleren Alters und älteren Erwachsenen. Übereinstimmend mit Enright's Modell beeinflussten die Erwartungen der anderen nur die Verzeihensbereitschaft der Jugendlichen und war die Wiederherstellung der Harmonie - entgegen Enright's Annahme - für Jugendliche wichtiger als für ältere Personen. Gemäß Autoren stimmen die Befunde mehrheitlich mit denjenigen von Enright et al. (1989) überein.

Mullet et al. (1998) haben die Verzeihensdisposition bei 18- bis 90-jährigen Probanden mittels des Forgivingness Questionnaire (FQ; siehe oben) untersucht. Altersunterschiede fanden sich hinsichtlich zweier Faktoren der vierfaktoriellen Struktur des dispositionalen

Verzeihens: Ältere Probanden waren im Durchschnitt eher bereit zu verzeihen und weniger bereit sich zu rächen als jüngere Personen. Dieser Befund entspricht gemäß Autoren ähnlichen Befunden, welche eine Zunahme von Weisheit über die Lebensspanne berichten (Baltes & Smith, 1990). Darüber hinaus wurde das Verzeihen der älteren Probanden weniger stark durch persönliche und soziale Umstände (z.B. Stimmung und sozialer Druck) beeinflusst als die Bereitschaft zu verzeihen der jüngeren Probanden.

Mullet et al. (2003) haben den Zusammenhang zwischen religiöser Beteiligung und einer verzeihenden Persönlichkeit unter Bezugnahme des FQ (siehe oben) überprüft. Die Befunde wiesen darauf hin, dass das Alter und die religiöse Einbindung die Verzeihensbereitschaft gemeinsam beeinflussen: Bei älteren Kirchgängern waren die Verzeihenswerte höher ausgeprägt als bei jüngeren. Die Autoren vermuten, dass der Glaube den älteren Kirchgängern starke Anreize bot, um zu verzeihen und dass Verzeihen für sie fast schon eine Lebensweise sei.

Mullet, Rivière und Muñoz Sastre (2006) untersuchten anhand des FQ (siehe oben) die Zusammenhänge zwischen der Verzeihenskultur junger Erwachsener und derjenigen ihrer Eltern. Die Annahme, dass es jeweils einen positiven Zusammenhang zwischen der Verzeihensbereitschaft (Verzeihens- vs. Rachebereitschaft, persönliche und soziale Umstände, Blockierung des Verzeihens und Schwierigkeiten zu verzeihen) der Eltern und derjenigen ihrer Kinder gibt, ließ sich nicht bestätigen. Vielmehr ergaben sich komplexe Zusammenhänge (vgl. Mullet et al., 2006). Es wurden keine Befunde zu Altersunterschieden berichtet.

In einer repräsentativen Stichprobe überprüften Toussaint, Williams, Musick und Everson (2001) Altersunterschiede im Zusammenhang mit Verzeihen, Selbstverzeihen, Religiosität/Spiritualität, psychischer und physischer Gesundheit. Die jungen Erwachsenen waren weniger bereit, anderen zu verzeihen als Erwachsene mittleren und höheren Alters. Bei der Selbstverzeihendisposition zeigte sich kein Alterseffekt.

Lawler-Row und Piferi (2006) untersuchten die Verzeihensdisposition älterer Erwachsener mittels Fragebogen. Die Bereitschaft zu verzeihen war bei Personen über 60 Jahren im Vergleich zu denjenigen zwischen 50 und 60 Jahren höher ausgeprägt. Der Zusammenhang zwischen Alter und Verzeihen betrug $r = .19$. Die Verzeihenswerte dieser Stichprobe verglichen die Autorinnen mit denjenigen jüngerer Stichproben (Lawler et al., 2005). Auch hier bestätigte sich, dass ältere Personen im Durchschnitt höhere Verzeihenswerte aufwiesen als Personen mittleren Alters und College-Studenten. Die Autorinnen betonen Vorteile wie Erfahrungsgewinn und persönliches Wachstum, welche eine verzeihende Persönlichkeit mit sich bringe.

Macaskill (2007) prüfte die Beziehung zwischen Verzeihen, religiöser Beteiligung, Zynismus und Vertrauen und unterteilte ihre Stichprobe in christliche Geistliche, Christen und nicht religiöse Personen. Die Autorin verwendete die Heartland Forgiveness Scale (siehe oben), welche drei dispositionale Verzeihensformen unterscheidet: Sich selbst verzeihen, anderen verzeihen und Situationen verzeihen. Das Alter erwies sich als signifikanter Prädiktor der Bereitschaft, Umständen und Schicksalsschlägen zu verzeihen undklärte 11% der Gesamtvarianz auf. Die beiden anderen Skalen standen in keinem Zusammenhang mit dem Alter.

Allemand (2008) hat dispositionales Verzeihen und die Rolle der zeitlichen Zukunftsperspektive (ZZP) untersucht (vgl. Cheng & Yim, 2008). Die soziale Nähe zum Missetäter (Freund vs. Bekannter) und die ZZP (offen vs. begrenzt) wurden in hypothetischen Verletzungsszenarien variiert. Erwartungskonform zeigte sich, dass ältere Personen eher bereit sind zu verzeihen als jüngere ($\eta^2 = .034$). Zudem waren jüngere Personen eher bereit, einem Freund als einem Bekannten zu verzeihen. Die soziale Nähe zum Missetäter war für das Verzeihen der älteren Personen nicht relevant. Darüber hinaus waren die Probanden bei begrenzter ZZP bedeutsam mehr bereit zu verzeihen als bei offener ZZP ($\eta^2 = .089$). Der Effekt der begrenzten Zeitperspektive war stärker ausgeprägt bei den jüngeren im Vergleich

zu den älteren Probanden, was auf die Alterskorrelation mit der ZZP zurückgeführt werden kann (Carstensen et al., 1999).

Fazit. Die Studien zum Verzeihen sind sehr unterschiedlich, was den Kontext und den theoretischen Hintergrund betrifft, aber mehrheitlich übereinstimmend, was Altersunterschiede anbelangt. Die vorliegenden Studien mit Erwachsenen weisen – bis auf eine Ausnahme – auf eine Zunahme des Verzeihens über die Lebensspanne hin. Dies gilt auch für das Verzeihen als Disposition, beschränkt sich jedoch auf das Verzeihen gegenüber anderen Personen oder Ereignissen und zeigt sich nicht in den zwei bisher durchgeführten Studien zum Selbstverzeihen. Die hier berichteten Studien waren ausschließlich querschnittlich angelegt. Bisher fehlen Längsschnittstudien. Zudem wurde das höhere Alter stark vernachlässigt.

2.5 Theoretische Erklärungskonzepte

Im Folgenden werden theoretische Überlegungen vorgestellt, die zur Erklärung des Verzeihensverlaufs über die Lebensspanne beitragen. Zunächst wird auf moralische und sozial-kognitive Ansätze eingegangen. Anschließend werden theoretische Ansätze und empirische Befunde zur sozialen, emotionalen und Persönlichkeitsentwicklung über die Lebensspanne sowie zur Entwicklung von Werthaltungen und der Lebenserfahrung in Bezug auf Verzeihen und Selbstverzeihen diskutiert.

2.5.1 Moralische und sozial-kognitive Entwicklung im Kindes- und Jugendalter

Stufen des Verzeihens. Zur Erklärung von Altersunterschieden im Verzeihen im Kindes- und Jugendalter wurden mehrheitlich Theorien, Konzepte und Befunde der entwicklungspsychologischen Moralforschung hinzugezogen. Das sozial-kognitive Entwicklungsmodell des Verzeihens (Enright et al., 1989; Enright, Gassin & Wu, 1992) beruht explizit auf Kohlbergs Modell der moralischen Entwicklung (1976) und beinhaltet

sechs Stufen des Verzeihens: (1) Beim „rachgierigen Verzeihen“ wird verziehen, wenn vorher Rache geübt wurde (*revengeful forgiveness*). (2) In der zweiten Stufe wird verziehen, wenn das, was genommen wurde, zurückgegeben oder ersetzt wurde (*conditional or restitutional forgiveness*), (3) in der dritten, weil dies von einem erwartet wird (*expectational forgiveness*) und (4) in der vierten Stufe, weil das Gesetz, die Lebensphilosophie oder die Religion dies verlangen (*lawful expectational forgiveness*). (5) Die Wiederherstellung der sozialen Harmonie ist der zentrale Grund des Verzeihens in der fünften Stufe (*forgiveness as social harmony*), (6) in der sechsten und höchsten verzeihen Personen aus Liebe (*forgiveness as love*). Analog zu Kohlberg (1976) wurden die einzelnen Verzeihensstufen anhand von moralischen Dilemmata wie dem „Heinz-Dilemma“ überprüft. Enright et al. (1989) verwendeten die gleichen Szenarien, variierten jedoch den Ausgang der Geschichte und fragten anschließend die Probanden, welche Bedingungen dem Opfer helfen würden zu verzeihen (für eine kritische Würdigung des Vorgehens, vgl. Denham, Neal, Wilson, Pickering & Boyatzis, 2005). Die vorliegenden empirischen Befunde unterstützen zum größten Teil das Verzeihensmodell: So lässt sich in den meisten Studien belegen, dass das Verzeihen mit dem Alter zunimmt (Girard & Mullet, 1997; Park & Enright, 1997; Subkoviak et al., 1995). Weniger konsistent sind die Befunde zu den einzelnen Stufen des Verzeihens.

Soziale Informationsverarbeitung. Prozessmodelle des Verzeihens gehen davon aus, dass dem Verzeihen ein als Verletzung oder Kränkung gewertetes Verhalten vorausgeht, das von der betroffenen Person als aversiv erlebt wird (Enright & Fitzgibbons, 2000; Scobie & Scobie, 1998). Der Wahrnehmung der Verfehlung folgen Attributionsprozesse. Zunächst werden die Ursachen für das eingetretene Ereignis identifiziert. Dem Übeltäter wird die Verantwortung für die Verfehlung zugeschrieben. Komplexe sozial-kognitive Prozesse führen schließlich zur Entscheidung für oder gegen das Verzeihen als Bewältigungsmöglichkeit (Scobie & Scobie, 1998). Diese Entscheidung verlangt die Berücksichtigung mehrerer Aspekte: So ist für die Bewertung einer Tat nicht nur der objektiv entstandene Schaden

relevant, sondern auch die zugrunde liegende Absicht als subjektiver Faktor. Die Gewichtung einzelner Faktoren wie z.B. Absicht, Schadenshöhe oder Vorhandensein einer Entschuldigung kann sich mit zunehmendem Alter verändern. Vor dem Hintergrund der Informationsintegrationstheorie von Anderson (1996) haben Mullet und Mitarbeiter untersucht, wie Jugendliche und Erwachsene multiple Informationen integrieren, um zu einer Einschätzung ihrer Verzeihensbereitschaft zu kommen (vgl. Mullet & Girard, 2000). Entwicklungsbezogene Unterschiede in der sozialen Informationsverarbeitung stimmen mit dem Befund von Darby und Schlenker (1982) überein, dass jüngere Kinder soziale Informationen weniger gut integrieren und soziale Konventionen weniger gut abschätzen können als ältere Kinder und dies Auswirkungen auf das Verzeihensverhalten hat.

2.5.2 Soziale und emotionale Entwicklung über die Lebensspanne

Sozioemotionale Selektivität. Die Sozioemotionale Selektivitätstheorie (SST; Carstensen et al., 1999) geht davon aus, dass die Informationssuche und die Emotionsregulation zwei zentrale Motive für soziale Kontakte darstellen, die sich in ihrer relativen Wichtigkeit über die Lebensspanne verändern. In Kindheit, Jugend und jungem Erwachsenenalter ist die Suche nach Informationen und Wissen zentral für die Initiierung und Aufrechterhaltung von sozialen Kontakten. Mit zunehmendem Alter tritt dieses Motiv zugunsten einer emotionsbetonten Motivation zurück. Die SST begründet die motivationale Veränderung über die Lebensspanne mit der subjektiven Wahrnehmung der zeitlichen Zukunftsperspektive (ZZP; Lang & Carstensen, 2002). Bei unbegrenzter ZZP werden zukunftsorientierte Ziele wie der Wissenserwerb oder neue soziale Kontakte bevorzugt, während gegenwartsorientierte Ziele wie das eigene Wohlbefinden und befriedigende soziale Kontakte mit abnehmender Zukunftsperspektive im höheren Alter oder infolge von Krankheit an Bedeutung gewinnen (Carstensen, Fung & Charles, 2003). Verzeihen stellt eine bewährte Strategie dar, um soziale Kontakte aufrechtzuerhalten und negative Gefühle gegenüber Sozialpartnern hinter sich zu

lassen bzw. eigenes Wohlbefinden wiederherzustellen (Fincham, 2000). Nach der SST kann angenommen werden, dass Verzeihen mit zunehmendem Alter ansteigt. Zudem kann in Bezug auf das motivationale Verzeihensmodell (McCullough et al., 2003) vermutet werden, dass junge Menschen stärkere Rachewünsche aufweisen als ältere, während ältere Personen die soziale Harmonie aufrechterhalten wollen, was mit positiven Gefühlen wie zum Beispiel Wohlwollen gegenüber dem Täter erreicht werden kann. Vor diesem Hintergrund haben Allemand (2008) und Cheng und Yim (2008) zeigen können, dass Altersunterschiede im Verzeihen zum Teil durch die begrenzte Zeitperspektive erklärt werden können.

Emotionserfahrung im sozialen Kontext. Verletzungen und Kränkungen sind oft mit dem Erleben negativer Gefühle wie Ärger und Wut verbunden. Die Häufigkeit, Intensität und Art der Verletzung und deren emotionale Konsequenzen können über die Lebensspanne Veränderungen unterliegen. Zum Beispiel berichten ältere Menschen durchschnittlich weniger negative interpersonale Interaktionen und mehr positive Gefühle gegenüber ihren Interaktionspartnern als jüngere Erwachsene und Jugendliche (Akiyama, Antonucci, Takahashi & Langfahl, 2003; Almeida, 2005). Zudem gibt es empirische Hinweise auf Altersunterschiede in der emotionalen Reaktivität. Ältere Personen nehmen interpersonale Konflikte als weniger aufreibend wahr und erleben insgesamt weniger negative Gefühle wie Ärger und Wut (Birditt & Fingerman, 2003; Charles & Carstensen, 2008; Schieman, 1999). Darüber hinaus ist die habituelle Ärgerneigung bei jüngeren Menschen höher ausgeprägt als bei älteren (Philipps, Henry, Hosie & Milne, 2006). Die Ärgerneigung begünstigt chronischen Groll und Rumination und hemmt das Verzeihen (Mullet et al., 2005). Zudem berichten ältere Personen, dass sie negative Emotionen für eine kürzere Zeitspanne empfinden als jüngere Personen (Barrick, Hutchinson & Deckers, 1989; Carstensen, Pasupathi, Mayr & Nesselroade, 2000). Dies könnte das Verzeihen begünstigen. Es gibt auch Hinweise auf eine zunehmende affektive Komplexität im Alter. In einer Studie von Charles (2005) wurde das Ausmaß der emotionalen Erfahrungen beim Betrachten von Videoclips mit Ungerechtigkeitsinhalten

untersucht. Ältere Probanden wiesen eine größere Emotionsheterogenität auf als jüngere und konnten gleichzeitig Ärger, Traurigkeit und Furcht erleben, was sich möglicherweise differenziell auf das Verzeihen auswirkt. Zudem dauert es wahrscheinlich länger, bis ein hohes Ausmaß an Ärger und Wut nach einer Verletzung herabreguliert und dadurch das Verzeihen begünstigt wird.

Emotionsregulation im sozialen Kontext. Verzeihen beinhaltet die Regulation negativer Emotionen wie Ärger und Wut gegenüber dem Missetäter. Demzufolge können altersbezogene Unterschiede in der Emotionsregulation mit Verzeihen assoziiert sein. Emotionsregulation und Verzeihen entwickeln sich im Laufe der Kindheit. Gemäß Denham et al. (2005) bemühen sich Kinder im Elementarschulalter, bei Interaktionen negativen Affekt zu reduzieren und positiven Affekt beizubehalten. Sie beginnen, moralische Regeln und Konventionen zu verstehen, können einschätzen, wie Absicht, Motive und Entschuldigung die Handlungen des Täters abschwächen und erfahren komplexe Emotionen wie Schuld, Scham und Empathie. Die Voraussetzungen zu verzeihen sind vorhanden, dennoch fehlen jüngeren Kindern oftmals das Verständnis und die Fähigkeit, soziale Informationen in ihrer Komplexität korrekt und vollständig zu deuten (siehe oben). Ältere Kinder erweitern ihre soziale und emotionale Kompetenz, ihre Emotionsregulation reift insbesondere im Umgang mit Gleichaltrigen. Ältere Kinder profitieren besonders von dyadischen Freundschaften. In diesen werden Konflikte oft positiv gelöst, da die Aufrechterhaltung der Freundschaft Priorität hat (Rubin, Bukowski & Parker, 1998).

Auf den Entwicklungsverlauf der Emotionsregulation im Erwachsenenalter und möglichen Zusammenhängen mit dem Verzeihen kann an dieser Stelle nur exemplarisch eingegangen werden. Zum einen gibt es empirische Hinweise, dass ältere Menschen mehr passive Emotionsregulationsstrategien wie die Unterdrückung negativer Gefühle verwenden als jüngere (Birditt & Fingerman, 2003; Charles & Carstensen, 2008; Coats & Blanchard-Fields, 2008). Zum anderen gibt es Befunde zu Altersunterschieden in Verhaltensreaktionen

in Bezug auf negative Interaktionen (Birditt, Fingerman & Almeida, 2005; Blanchard-Fields & Coats, 2008; Blanchard-Fields, Mienaltowski & Seavy, 2007). Zum Beispiel berichteten ältere Menschen mehr passives, konstruktives Verhalten im Sinne von Nichts tun oder Abwarten, während jüngere Erwachsene mehr aktives, destruktives Verhalten wie Schreien oder Fluchen beschrieben, unabhängig von Faktoren wie Beziehungsqualität, Kontakthäufigkeit oder Art der sozialen Beziehung (Birditt & Fingerman, 2005). Eine effektive Verhaltensregulation kann sich positiv auf das Verzeihen auswirken, da Konflikte nicht unnötig intensiviert oder verlängert werden. Charles und Carstensen (2008) stellten fest, dass ältere Personen in unangenehmen Situationen weniger negative Kommentare äußerten und weniger Interesse zeigten, mehr über die Motive der Personen zu erfahren. Die Vermeidung einer negativen Situation verringert die Gefahr, verletzt zu werden. Das Wegfokussieren der Aufmerksamkeit bei negativer Information ist eine effektive Emotionsregulationsstrategie mit dem Ziel, die Intensität von negativen emotionalen Erfahrungen zu reduzieren (Campos, Frankel & Camras, 2004). Zudem können Bewältigungsreaktionen durch Bewältigungsziele beeinflusst werden. Sorkin und Rook (2006) zeigten, dass ältere Personen bei negativen Interaktionen am häufigsten das Ziel verfolgten, eine harmonische Beziehung aufrechtzuerhalten, gefolgt vom Ziel, das eigene Leiden am Konflikt zu reduzieren und schließlich dem Ziel, den Partner umzustimmen. Personen, deren primäres Ziel darin bestand, die Harmonie in der Beziehung beizubehalten, verziehen mehr und mieden die andere Person weniger. Durch Verzeihen oder kognitive Distanzierung wird das Risiko von weiteren Konflikten minimiert und die Beziehung beibehalten (Rook, Sorkin & Zettel, 2004).

Insgesamt weisen die vorliegenden Befunde darauf hin, dass die Fähigkeit zur Emotions- und Verhaltensregulation mit dem Alter zunimmt. Sowohl die Emotionsregulation wie auch das Verzeihen können als Strategien verstanden werden, welche gemäß der SST

helfen, die emotionale Balance zu halten und enge Beziehungen aufrechtzuerhalten, Ziele, die für ältere Personen große Priorität haben.

2.5.3 Persönlichkeitsentwicklung über die Lebensspanne

Persönlichkeitseigenschaften. Wie oben aufgeführt, erwiesen sich Verträglichkeit und Neurotizismus als konsistente Big Five Korrelate von Verzeihen und Neurotizismus von Selbstverzeihen (Mullet et al., 2005). Befunde querschnittlicher und längsschnittlicher Studien weisen auf die Veränderbarkeit von Eigenschaften über die Lebensspanne bis ins hohe Alter hin (Allemand, Zimprich & Hendriks, 2008; Allemand, Zimprich & Martin, 2008; Roberts, Wood & Caspi, 2008). Metaanalytische Befunde aus 92 Längsschnittstudien haben gezeigt, dass Menschen mit zunehmendem Alter im Durchschnitt verträglicher, gewissenhafter und weniger neurotisch bzw. emotional stabiler werden (Roberts, Walton & Viechtbauer, 2006). Dies kann teilweise erklären, weshalb es älteren Menschen im Mittel leichter fällt, sich und anderen zu verzeihen.

Generativität. Nach Eriksons Persönlichkeits- und Entwicklungstheorie (Erikson, 1982) sind über die Lebensspanne unterschiedliche Herausforderungen und Lebensaufgaben zu bewältigen. Generativität versus Stagnation ist Erikson zufolge eine Herausforderung, die mit dem mittleren Erwachsenenalter assoziiert ist. Sie bezieht sich auf das Anliegen für das Wohlbefinden und die Erhaltung der nächsten Generation zu sorgen. Dies zeigt sich beispielsweise in der elterlichen Erziehung, im Unterrichten oder bei der Betreuung von Kindern. Generativität könnte Pratt und Kollegen (2008) zufolge mit einer größeren Verzeihensbereitschaft assoziiert sein. Die Autoren belegten, dass das Ausmaß der elterlichen Generativität das mütterliche und väterliche Verzeihen gegenüber dem Verhalten der Grosseltern voraussagte.

Verzeihen wird typischerweise definiert als Veränderung von einem negativen zu einem neutralen oder positiven emotionalen Zustand gegenüber dem Missetäter (Thompson et al.,

2005). Eine solche emotionale Transformation weist Ähnlichkeiten mit der Beschreibung von Episoden in Lebensgeschichten von Erwachsenen auf (McAdams, Diamond, St. Aubin & Mansfield, 1997). Dabei findet ein ursprünglich schlechtes Ereignis ein gutes Ende. Dies lindert unter Umständen die Wutgefühle gegenüber dem Verursacher der Verletzung und steigert die Fähigkeit zu verzeihen.

2.5.4 Entwicklung von Einstellungen und Werthaltungen über die Lebensspanne

Verzeihen ist ein wesentlicher Wert in den Weltreligionen. Religion bietet Weltanschauungen und Rollenmodelle, welche der gekränkten Person helfen können, ihre Einstellungen gegenüber dem Missetäter zu ändern (Rye et al., 2000). Mullet et al. (2003) berichten, dass in einer Gruppe von regelmäßigen Kirchgängern ältere Gläubige die größte Bereitschaft zu verzeihen zeigten. Die Autoren vermuten, dass diese über die Jahre mehr Gelegenheiten vorfanden, zu verzeihen und dass ihnen ihr Glaube starke Anreize bot, fast schon automatisch zu verzeihen. Zudem haben Befunde gezeigt, dass Religiosität als individuelle Form der Religion mit Verzeihen assoziiert ist (Tsang, McCullough & Hoyt, 2005).

Bono und McCullough (2004) vertreten die Ansicht, dass sowohl die mit dem Alter zunehmende Bereitschaft zu verzeihen als auch die über die Lebensspanne zunehmende Religiosität (z.B. Argue, Johnson & White, 1999) mit der SST erklärt werden können. Nach der SST erfordert der begrenzte Zeithorizont einige Anpassungen: Nicht nur die eigene Sterblichkeit, sondern auch das Bedürfnis nach emotional zufriedenstellenden Beziehungen treten in den Vordergrund. Verzeihen wird zur Ressource für die Erhaltung von sozialem und emotionalen Wohlbefinden: Schwierige Beziehungen werden nicht mehr so leicht abgebrochen und stattdessen neue begonnen. Gemäß Butler, Lewis und Sunderland (1998) gibt es ein universales Bedürfnis, den Rückblick auf das eigene Leben, die vergangenen Erfahrungen als kohärent wahrzunehmen. Im Hinblick auf das sich nähernde Lebensende und

auf das Bedürfnis einer erfolgreichen Lebensgeschichte entsteht der Wunsch, ungelöste Konflikte zu klären, zu verzeihen.

2.5.5 Lebenserfahrung und Weisheit

Selbst erlebte und anderen zugefügte Verletzungen und Kränkungen häufen sich im Laufe des Lebens und können zu einer zunehmenden Lebenserfahrung im Umgang mit Verletzungen führen. Gemäß Theorien der Psychologie der Lebensspanne lernen Personen, wie sie besser auf Probleme reagieren können (Birditt et al., 2005; Carstensen et al., 1999). Die zunehmende Lebenserfahrung beinhaltet beispielsweise Wissen und Expertise im Umgang mit Lebensentscheidungen und negativen Lebensereignissen. Zudem können Lebenserfahrung und Reife einen gelasseneren Umgang mit Sozialpartnern (z.B. die eigenen Eltern) begünstigen und das Verzeihen fördern (Pratt et al., 2008).

2.5.6 Kohorteneffekte

Da die bisher vorliegenden entwicklungspsychologischen Studien zu Verzeihen und Selbstverzeihen ausschließlich querschnittlich angelegt waren, könnte es sein, dass es sich hier weniger um Alters-, sondern um Kohortenunterschiede handelt. Die allgemein angenommene Zunahme im Verzeihen muss nicht unbedingt mit dem Lebensalter zu tun haben, sondern könnte mit gesellschaftlichen und soziohistorischen Veränderungen assoziiert sein. So vermuten Chiaramello und Kollegen (2008), dass eine Zunahme an Jugendgewalt mit einer Abnahme der Verzeihensbereitschaft verbunden ist.

2.6 Forschungsperspektiven

Abschließend sollen die Grenzen bisheriger Studien und sich daraus ergebende Forschungsperspektiven skizziert werden.

2.6.1 Entwicklungspsychologische Theorien des Verzeihens und Selbstverzeihens

Sowohl bei der Definition und Konzeption von Verzeihen und Selbstverzeihen existieren unterschiedliche Ansichten, die sich teilweise widersprechen (Worthington, 2005). Aus theoretischer Sicht wäre ein konzeptuelles Verzeihensmodell, welches verschiedene theoretische Vorstellungen zu Verzeihen integriert, nützlich. Das würde heißen, dass sowohl strukturelle als auch intra- und interindividuelle Veränderungsprozesse (Opfer, Täter) sowie deren Wechselwirkungen mit situationalen bzw. kontextuellen Faktoren explizit aus entwicklungspsychologischer Perspektive berücksichtigt werden. Die Berücksichtigung zusätzlicher theoretischer Ansätze würde die entwicklungspsychologische Perspektive des Verzeihens erweitern. Exemplarisch sollen zwei Modelle kurz aufgegriffen werden. Beispielsweise könnten Überlegungen zu Nutzen und Kosten beim Verzeihen eine Rolle spielen, wie es zum Beispiel das Nutzen-Kosten-Modell von Brandstätter (2003) für Persistenz und Zielablösung vorschlägt. Diesem Modell zufolge löst sich eine Person von einem Ziel, wenn der damit zusammenhängende Nutzen größer ist als die Kosten, die mit der Loslösung vom Ziel verbunden sind. Dementsprechend wäre vorstellbar, dass Personen verzeihen, wenn der Nutzen die Kosten überwiegt: Dass Personen sich bewusst sind oder werden, wie wichtig ihnen die Fortführung einer engen Beziehung oder das eigene Wohlbefinden ist und daher abwägen, ob es sich lohnt, die Kosten wie beispielsweise den eigenen Stolz zu überwinden und den ersten Schritt auf den andern zugehen zu müssen, in Kauf zu nehmen. Diesen Überlegungen zufolge könnten das Verzeihen und Selbstverzeihen mit Prozessen und Dispositionen der Ablösung von blockierten Zielen verbunden sein. Zudem können Prozesse, welche die Zielbindung und Ablösung beeinflussen, Veränderungen über die Lebensspanne unterworfen sein (vgl. Brandtstädter, 2007). Zum Beispiel begünstigt eine verkürzte Restlebenszeit mit zunehmendem Alter die Verschiebung und Ablösung von Zielen.

Das Zwei-Prozess-Modell der Bewältigung von Brandtstädter und Renner (1990) unterscheidet zwei grundsätzliche Bewältigungsstrategien mit differentiellen

Entwicklungsverläufen über die Lebensspanne. Die assimilative Bewältigungsstrategie beinhaltet eine aktiv-problemorientierte Veränderung der aktuellen Situation durch eine Anpassung der Umwelt an die eigenen Ziele und Bedürfnisse („*changing the world*“), während die akkommodative Strategie das Problem durch eine Neubewertung neutralisiert, indem das Selbst (eigene Ziele und Standards) an die Umwelt angepasst wird („*changing the self*“). Befunde weisen darauf hin, dass erstere Strategie mit zunehmendem Alter abnimmt, während letztere zunimmt (Brandtstädter, 2007). In Bezug auf die letztgenannte Strategie könnte man Selbstverzeihen als internen Regulationsprozess konzeptualisieren, der in eine Neu- und Umbewertung des eigenen Fehlverhaltens oder einer verschuldeten Missetat führt.

2.6.2 Multimodale Messung und experimentelle Forschung

Verzeihen spielt sich einerseits intraindividuell ab und ist somit von persönlichen Faktoren abhängig, andererseits ist Verzeihen auch ein interpersonal und von der Umwelt beeinflusster Prozess. Die meisten bisherigen Studien beruhen fast ausschließlich auf Selbstberichten, in welchen sich die Probanden entweder an erlebte Verletzungen erinnern oder ihr Verhalten in hypothetischen Szenarien angeben. Studien sollten vermehrt die dyadischen Prozesse zwischen Opfer und Täter und die jeweiligen reziproken Einflüsse auf das Erleben und Verhalten sowie kontextbezogene Faktoren untersuchen. Die gleichzeitige Erfassung durch Selbst- und Fremdbeurteilung von Verzeihen würde die bisherigen Forschungsbefunde ergänzen und erweitern (Hoyt & McCullough, 2005; McCullough, Hoyt & Rachal, 2000). Neue Erkenntnisse ließen sich auch durch narrative Interviews gewinnen. Dies könnte beispielsweise bedeuten, die Rolle des Verzeihens und Selbstverzeihens in Lebensgeschichten und im Lebensrückblick zu untersuchen (McAdams et al., 1997). Vermutlich ließe sich unter anderem feststellen, dass bei Kindern noch nicht gleich komplexe Gedankengänge ablaufen wie bei Erwachsenen, dass sie zum Beispiel weniger Aspekte berücksichtigen.

Aufgrund von ethischen Fragen durch experimentell induzierte interpersonale Verletzungen im Labor oder im Feld überwogen bisher korrelative Forschungsdesigns und Interventionsstudien. Bisher wurden sehr wenige experimentell angelegte Designs verwendet (Kremer, 2009; McCullough, Root & Cohen, 2006; Zechmeister, Garcia, Romero & Vas, 2004). Die Entwicklung eines experimentellen Paradigmas zur Erforschung von altersbedingten Unterschieden im Verzeihen und Selbstverzeihen und dessen Anwendung unter kontrollierten Bedingungen würde ermöglichen, den Veränderungsprozess des Verzeihens sowie begünstigende und hemmende Einflussfaktoren genauer zu untersuchen und kausale Aussagen zum Prozess zu machen.

2.6.3 Veränderungsmessung und Längsschnittstudien

Aus methodischer Sicht sind Längsschnittstudien notwendig, um den zeitlichen Verlauf des Verzeihensprozesses adäquat zu modellieren und um wichtige Erkenntnisse über Entwicklungsverläufe von Verzeihen über die Lebensspanne zu erhalten (McCullough et al., 2003; McCullough & Root, 2005). Vorstellbar wäre, dass Personen verschiedenen Alters unterschiedlich lange benötigen, um zu verzeihen. Ältere Personen beispielsweise, die weniger negative Emotionen berichten (Charles & Carstensen, 2008), sind möglicherweise schneller bereit zu verzeihen als jüngere, bei denen es länger dauert, bis sie ihre negativen Gefühle herabreguliert haben. Längsschnittstudien geben zudem Aufschluss über mögliche Kohorteneffekte und könnten zum Beispiel die Frage beantworten, ob sich eine erhöhte (Medien-) Präsenz von Gewalt negativ auf das Verzeihen auswirkt.

2.6.4 Alterunterschiede im Verzeihensverständnis

Befunde haben gezeigt, dass das Verzeihensverständnis von Laien teilweise mit den theoretischen Konzepten divergiert (Kearns & Fincham, 2004; Mullet, Girard & Bakshi, 2004). Es liegen bisher nur sehr wenige Studien vor, die sich mit Altersunterschieden im

Verzeihensverständnis über die Lebensspanne beschäftigt haben (z.B. Younger et al., 2004; Mullet et al., 2004). Studien zum Verzeihensverständnis von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen im höheren Alter fehlen. Zukünftige Forschung sollte Altersunterschiede im Verzeihensverständnis verstärkt berücksichtigen, da individuelle Sinndeutungen weitreichende Folgen für das individuelle Erleben und Verhalten haben können. Beispielsweise kann die Meinung, dass das Vergessen der verletzenden Erfahrung ein notwendiges Element des Verzeihens ist, das Verzeihen verzögern oder verhindern. Außerdem kann die Bedeutungsstruktur und der semantische Kontext der Begriffe Verzeihen und Selbstverzeihen in verschiedenen Altersgruppen unterschiedlich sein.

2.6.5 Ursachen und Konsequenzen von Altersunterschieden im Verzeihen und Selbstverzeihen

Bisher liegen zu wenig empirische Befunde vor, um abschließend eine Aussage zum Entwicklungsverlauf von Verzeihen zu machen. Bisherige Befunde weisen jedoch darauf hin, dass Verzeihen mit zunehmendem Alter tendenziell zunimmt. In zukünftigen Studien sollte vermehrt der Frage nach möglichen Ursachen für Altersunterschiede im Verzeihen nachgegangen werden. In Anbetracht der großen Vielfalt an möglichen theoretischen Erklärungen könnten zukünftige Längsschnittstudien Wechselwirkungen zwischen der Entwicklung des Verzeihens und der Entwicklung verschiedener Aspekte des Erlebens und Verhaltens im Sinne von korrelierten Veränderungen untersuchen.

Verschiedene Befunde weisen darauf hin, dass Verzeihen sich günstig auf Indikatoren des psychologischen und sozialen Wohlbefindens wie die Beziehungszufriedenheit in der Partnerschaft auswirkt (Allemand, Amberg, Zimprich & Fincham, 2007; Fincham et al., 2006). Diese intra- und interindividuellen Konsequenzen können in bestimmten Lebensphasen ausgeprägter sein, so dass sich Wohlbefindenseffekte aufgrund der sozioemotionalen Selektivität insbesondere im höheren Alter zeigen. Beispielsweise fanden

Toussaint et al. (2001) altersbezogene differentielle Zusammenhangsmuster mit Lebenszufriedenheit und Gesundheit. Die Befunde zeigen, dass das Verzeihen bei Erwachsenen im mittleren und höheren Alter stärker mit subjektiver Gesundheit zusammenhängt als bei jungen Erwachsenen. Insofern können die Konsequenzen von Verzeihen und Selbstverzeihen in verschiedenen Altersgruppen unterschiedlich stark ausgeprägt sein.

Ausblickend lässt sich festhalten, dass die Wichtigkeit des Verzeihens und des Selbstverzeihens nicht nur von Laien, sondern auch von der Forschung erkannt wird. In den letzten zwei Jahrzehnten wurden zahlreiche Erkenntnisse gewonnen und ein besseres Verständnis über Begriffsbestimmung, Messung, Funktion und Auswirkung des Verzeihens erreicht. Zudem wurden diese empirischen Befunde im Kontext von Verzeihensinterventionen erfolgreich in die Praxis umgesetzt. Wünschenswert wäre hier, dass nicht nur klinische und studentische Stichproben, sondern auch andere Stichproben wie zum Beispiel Kinder oder ältere Erwachsene berücksichtigt werden. Die Untersuchung des Verzeihens und Selbstverzeihens aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne erweitert dieses Forschungsgebiet und wird hoffentlich zu spannenden neuen Forschungsfragen und -befunden führen.

3. Situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness:

A lifespan perspective²

3.1. Introduction

Over the course of their lifespan, people are faced with both positive and negative interpersonal interactions with family, friends, or strangers. Negative interactions range from simple divergence in preferences over experiences of injustice to deep hurts and severe transgressions. Interpersonal transgressions imply two “roles” that are not always clearly distinct, namely the transgressor and victim roles. For people in the victim role, experiences of interpersonal transgressions generally result in negative emotions, cognitions, motivations, and behaviors such as avoiding the transgressor and/or seeking revenge (McCullough, 2008). People in the transgressor role also might have negative experiences after hurting others. For example, shame, guilt, and regrets are painful self-conscious emotions that people experience when they have failed or transgressed and, hence, violated important personal, societal, and moral standards (Fisher & Exline, 2010). Self-punishment and self-destructive behaviors are other typical reactions following transgressions. There are different ways how victims and transgressors deal with negative consequences of interpersonal transgressions. Forgiveness and self-forgiveness reflect two ways that are helpful in many cases. In this chapter we argue that forgiveness is an important topic that is at the cutting edge of scientific psychological research. Forgiveness and related constructs such as repentance and reconciliation also reveal main topics, particularly in the field of justice (Exline, Worthington, Hill, & McCullough, 2003; Karremans & Van Lange, 2005). Indeed, forgiveness has received increasing theoretical and empirical interest in the last decade (Fincham, 2000; Hall & Fincham, 2005;

² Eine ähnliche Version dieses Kapitels wird in „Justice psychology and conflict“ (Allemand & Steiner, im Druck) erscheinen.

McCullough, Root, Tabak, & Witvliet, 2009; McCullough & Witvliet, 2002; Tangney, Boone, & Dearing, 2005), and several textbooks about forgiveness have been published (Enright & Fitzgibbons, 2000; McCullough, Pargament, Thoresen, 2000; Worthington, 2005). Although the literature on forgiveness increases rapidly, developmental perspectives on forgiveness across the lifespan are underrepresented in previous psychological research.

The purpose of this chapter is to give an overview of theoretical and empirical work on forgiveness from a lifespan development perspective. In the first part we give a simplified daily life example to introduce the main terms and definitions of this chapter. We then describe different perspectives and levels of analysis that are important with respect to forgiveness. In the second part we conceptualize situation-specific forgiveness as a process of change, and dispositional forgiveness as an enduring tendency to forgive others. In the third part we make the case that a lifespan development perspective on forgiveness is important for scientific psychological research. In the fourth part we present theoretical and empirical research on forgiveness across the adult lifespan. Finally, the fifth part includes a discussion of practical implications of a lifespan development perspective on forgiveness. In this chapter we focus on forgiveness in adulthood (for a detailed discussion of the development of forgiveness and self-forgiveness that includes childhood and adolescence, see Allemand & Steiner, 2010).

3.1.1 A Daily Life Example

Consider two persons—Lea and Anna—who are good friends. Anna discovers that Lea has intentionally lied to her. Anna's first emotional reaction is anger and also disappointment. She ruminates persistently about Lea's offending behavior and also has thoughts of revenge toward her. For a few days she tries to avoid her by not answering to her phone calls and emails. The transgression is like a dark shadow over their long-term friendship. In contrast, Lea cannot understand why Anna reacted so strongly. But after a few days she realizes what

she has done to Anna and to their friendship. She then feels ashamed and guilty, and regrets her behavior. Moreover, she tries to seek contact with Lea in order to apologize for her offending behavior.

There are several possibilities how this story might end for Lea and Anna. For example, interpersonal transgressions have the potential to disrupt social relationships and, in some cases, might lead to a combination of delayed negative emotions toward the transgressor such as resentment, hostility, and hatred on the individual level. Hence, it is possible that Anna is not able—or not willing—to break out of this enduring negative state called *“unforgiveness”* (Worthington & Wade, 1999). In the long-term, such negative emotional reactions with respect to a transgression can lead to constant grudges and embitterment, which, in turn, hinder conciliatory behaviors. In this chapter we discuss forgiveness as a response of the victim to the negative consequences of interpersonal transgressions that may help to repair and maintain the relationship with the transgressor. By contrast, self-forgiveness reflects a response of the transgressor. It includes the acknowledgment and acceptance of responsibility for the transgression, which results in releasing the transgression and all its negative consequences such as painful feelings of shame, guilt, and regret (Hall & Fincham, 2005; Tangney et al., 2005). There are other important coping processes such as acceptance or accommodation that might be helpful in dealing with interpersonal transgressions (for a detailed discussion of different coping processes, see Fincham, 2000).

3.2 Different Levels of Analysis of Forgiveness

This daily life example helps to clarify several important aspects of forgiveness. First, we distinguish between different perspectives of forgiveness. For the sake of simplicity we made a clear distinction between the transgressor and the victim. However, in reality the boundaries between the two “roles” are not always clear, and depend on different pre-transgression factors such as the history of the relationship or social proximity. Hence, two distinct but

related perspectives of forgiveness can be differentiated: The *victim perspective* relates to the question how the victim deals with the negative feelings, thoughts, motivations, and behaviors, and particularly how the victim will react toward the transgressor in the aftermath of the hurt experience (McCullough & Witvliet, 2002). The *transgressor perspective* relates to the question how the transgressor copes or fails to cope with the painful feelings of shame, guilt, and regret (Hall & Fincham, 2005). This distinction leads to forgiveness and self-forgiveness.

Second, we distinguish between three different levels of analysis: situational, dispositional, and dyadic (cf. Hoyt & McCullough, 2005). The *situational level* includes factors and processes that are related to interpersonal transgressions such as characteristics of the transgression. To study forgiveness at this level of analysis would imply investigating forgiveness with respect to a specific interpersonal transgression and a specific transgressor. The *dispositional level* focuses on individual differences in emotions, cognitions, motivations, and behaviors that might play a role in the context of interpersonal transgressions. To study forgiveness at this level of analysis would imply studying forgiveness as an individual difference variable that is relatively consistent across a variety of relationships and specific transgressions within relationships. Finally, the *dyadic level* includes relational or dyadic aspects of the interpersonal situation. At this level of analysis, forgiveness would be investigated within specific social relationships such as romantic dyads or parent-child dyads, and is explicitly conceptualized as a dyadic phenomenon. For example, some relationships are more forgiving than others, and people's willingness to forgive a specific relationship partner such as a friend is likely to be at least somewhat consistent across unique transgressions that occur within that relationship.

In this chapter we focus on forgiveness from the victim perspective, given space constraints. We examine forgiveness at the situational level as a situation-specific process of change and at the dispositional level as an enduring tendency to forgive others (for a detailed

discussion of forgiveness at the dyadic level, see Fincham, 2000; Paleari, Regalia, & Fincham, 2009).

3.2.1 Situation-Specific Forgiveness

Various definitions of forgiveness exist in the literature and emphasize different aspects of forgiveness such as cognitive, affective, motivational, behavioral, and relational factors (cf. Worthington, 2005). Although *situation-specific forgiveness* is a complex construct without a consensual definition, at the center of various definitions of forgiveness is the idea of a freely chosen psychological process of change that unfolds across some amount of time, whereby negative emotions, cognitions, motivations, behavioral inclinations, or negative actual behaviors are directed toward the perceived transgressor that is situated within a specific interpersonal context decrease, and in many cases are replaced with more positive and benevolent attitudes over time (McCullough et al., 2000, p. 9). McCullough, Fincham, and Tsang (2003) emphasize prosocial motivational changes. They assume that transgression-related interpersonal motivations (TRIMs) vary along three dimensions. After experiencing an interpersonal transgression, people may react with an increased motivation to avoid the transgressor, an increased motivation to seek revenge, and/or less motivation to show benevolence toward the person who caused them pain. Accordingly, these TRIMs are also the three motivational dimensions on which forgiveness takes place. When people forgive, they become less motivated to avoid the transgressor and/or to seek revenge, and are more motivated by conciliatory behaviors and feelings of benevolence toward the transgressor over time (McCullough, Luna, Berry, Tabak, & Bono, 2010). The change process encompasses both intraindividual as well as interindividual aspects. That is, forgiveness includes factors and processes both *within* and *between* individuals. It involves an intentional commitment to the process of change and is thus an active process that requires a conscious effort. Several

theoretical process models differentiated the process of change into different phases (e.g., Freedman, Enright, & Knutson, 2005).

Previous research has demonstrated that several factors and processes at the situational level of analysis such as characteristics of the transgression, the context in which the transgression occurs, or environmental pressures might encourage or inhibit forgiveness (Fehr, Gelfand, & Nag, 2010; Karremans, Van Lange, & Holland, 2005; McCullough & Witvliet, 2002). For example, frequency, intensity or severity, type, and (perceived) intentionality reflect important characteristics of transgressions. Research has shown that people find it more difficult to forgive transgressions that are more severe and intentional and have more negative consequences (Fincham, Jackson, & Beach, 2005). Subjective indicators such as perceived intentionality strongly depend on attribution processes (Fincham, 2000). More generally, several cognitive, affective, and behavioral responses from the identification of a negative interpersonal event to the possible choice of a forgiveness strategy might influence forgiveness. Finally, the situational level might also include reactions from the transgressor in the aftermath of a transgression such as apologies, excuses or explanations. For example, research has shown that apologies facilitate forgiveness (McCullough & Witvliet, 2002).

3.2.2 Dispositional Forgiveness

Dispositional forgiveness (also called forgivingness) refers to interindividual differences in the enduring tendency to forgive others across transgressions, relationships, and time (Allemand, Sassin-Meng, Huber, & Schmitt, 2008; Berry, Worthington, Parrott, O'Connor, & Wade, 2001; Brown, 2003; Hill & Allemand, 2010). Forgivingness reflects an openness to engage in the process of releasing resentment about interpersonal transgressions. Hence, interindividual differences in dispositional forgivingness might promote situation-specific forgiveness.

As dispositional forgiveness is characterized as a trait-like characteristic, it is important to examine forgivingness in the broader context of enduring patterns of thoughts, feelings, and behaviors that are relatively consistent across a wide variety of situations and over time. Theoretical and empirical research has consistently shown that dispositional forgiveness and also situation-specific forgiveness are positively associated with agreeableness and negatively with neuroticism (for a review, see Fehr et al., 2010; Mullet, Neto, & Rivière, 2005). Briefly, agreeableness refers to traits that reflect individual differences in the propensity to be altruistic, trusting, modest, and warm, whereas neuroticism, or conversely, emotional stability, contrasts even-temperedness with the experience of anxiety, worry, anger, and depression. Although dispositional forgiveness relates to agreeableness and neuroticism, it is distinct from the two traits. In addition to the broad Big Five traits, also more specific traits are found to be positively (e.g., action orientation, gratitude) and negatively (e.g., rumination, narcissism) related to dispositional forgiveness and situation-specific forgiveness as well (Allemand, Job, Christen, & Keller, 2008; Hill & Allemand, 2010).

3.3 A Lifespan Development Perspective

Consider Lea and Anna as older adults with a number of life experiences and challenges, and successfully accomplished developmental tasks. Would they react differently to interpersonal transgressions as older adults, as compared to their younger days? Are there age differences and age-related changes in situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness across the adult lifespan? Do different factors and processes predict forgiveness in different age groups? These questions point to developmental issues of forgiveness. The lifespan development perspective (Baltes, 1987; Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 2006) might be helpful in visualizing forgiveness across the adult lifespan. This view seeks to explain the general principles of development at all ages, and seeks to understand why some people

exhibit different trajectories of development in different domains of psychological functioning compared to others. Moreover, this view seeks to identify the extent to which these domains can be changed or enhanced at different points during the lifespan. The lifespan perspective recognizes that multiple dimensions of psychological functioning such as personality or cognition can change, that change is multidirectional and multiply caused, and that interdisciplinary approaches are the key for understanding change. Finally, this perspective recognizes that changes occur in social, cultural, and historical contexts (Baltes, 1987). The main assumption is that *development* is a *lifelong process* covering all periods of the lifespan. It places emphasis on the potential plasticity of psychological functioning as a function of individual and contextual variables and compensatory behavioral changes to biological aging (cf. Baltes et al., 2006). Adopting this theoretical background to forgiveness implies that situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness have the capacity to change across the lifespan (Allemand & Steiner, 2010; Mullet & Girard, 2000).

In the following section we present empirical evidence for age differences and age-related changes in response to interpersonal problems and conflicts in general. Then we present research on age effects of situation-specific forgiveness and particularly of dispositional forgiveness.

3.3.1 Describing Age Differences in Forgiveness

Members of all age groups typically perceive older adults as wiser, more experienced, more reflective, and more *forgiving* than middle-aged and younger adults (Heckhausen, Dixon, & Baltes, 1989, p. 112). These lay impressions would imply that older persons are also more practiced in dealing with conflicts and everyday problems in the interpersonal domain than middle-aged and younger persons. Indeed, research suggests age differences and age-related changes in response to interpersonal problems. For example, older adults report fewer negative interpersonal interactions and more positive feelings towards their social partners

compared to younger adults. Older adults also perceive interpersonal conflicts as less stressful and anger-provoking, and they use passive emotion regulation strategies such as suppressing feelings more often than younger adults do. Moreover, research has shown that older adults attempt to avoid problems when they are upset, whereas younger adults behave more confrontationally (cf. Charles & Carstensen, 2010; Fingerman & Charles, 2010). These age group differences in responses to interpersonal events are also reflected in older people's goals for responding to interpersonal problems. Sorkin and Rook (2006) found that preserving goodwill in the relationship was the most common coping goal among older adults, followed by reducing one's own distress, whereas getting the interaction partner to change his or her behavior was the coping goal of a minority of elderly people. To summarize, previous results indicate consistent age differences and age-related changes in exposure and reactions to interpersonal problems and conflicts.

The issue of forgiveness, however, is underrepresented in the lifespan development and aging literature, and most of the previous research focused on forgiveness at the dispositional level of analysis. Available empirical research suggests that dispositional forgiveness varies as a function of age, with young children and adolescents, on average, being least willing to forgive, and older adults being most willing (e.g., Allemand, 2008; Bono & McCullough, 2004; Girard & Mullet, 1997; Mullet, Houdbine, Laumonier, & Girard, 1998). For example, in an U.S. probability sample, Toussaint, Williams, Musick, and Everson (2001) found middle-aged (45-64 years) and older adults (65 years and older) being more willing to forgive others as compared to a younger age group (18-44 years). Furthermore, Lawler-Row and Piferi (2006) found an age effect in forgivingness in a study of adults ranging from 50 to 95 years, with older adults describing themselves as being more forgiving than the middle-aged. Recently, we found a positive age association with the latent tendency to forgive ($\beta = .26$) in a large sample of Swiss adults aged 20 to 83 years, implying that older adults were more willing to forgive others than middle-aged and younger adults (Steiner, Allemand, & McCullough, in

press a). Moreover, it seems that older adults are less influenced by external factors such as social pressure or mood, and seem to forgive unconditionally more frequently than middle-aged and younger adults (Girard & Mullet, 1997; Mullet et al., 1998). A major limitation of previous research, however, is the cross-sectional nature of the studies. Therefore, longitudinal studies are needed to confirm that these cross-sectional age differences truly reflect a developmental process rather than simply cohort effects.

To date, very few studies have examined age differences in situation-specific forgiveness. For example, Subkoviak et al. (1995) found college students to be less forgiving than their middle-aged parents. Romero and Mitchell (2008) investigated forgiveness among Roman Catholic women and found that the older women were more forgiving than the younger women on several dimensions of a forgiveness measure. Furthermore, using questionnaires and interviews, Younger, Piferi, Jobe, and Lawler (2004) demonstrated that older adults showed higher scores in situation-specific forgiveness than younger adults. Ghaemmaghami, Allemand, and Martin (in press) recently found young men had a greater motivation to seek revenge than middle-aged and older men, whereas no such age differences were apparent for women. In a recent meta-analytic review of situational and dispositional correlates of situation-specific forgiveness, Fehr et al. (2010) also examined age effects. Including 21 studies (50% of them were dissertations) they estimated a very low age-forgiveness association ($r = .06$). However, the low correlation is due in part to age range restriction in the source studies.

To summarize, available empirical research indicates age differences in situation-specific forgiveness and particularly in dispositional forgiveness. However, due to the cross-sectional nature of cross-sectional nature of previous research it seems to be too early to draw firm conclusions about the development of forgiveness across the lifespan.

3.3.2 Explaining Age Differences in Forgiveness

As research continues to show age differences in exposure and reactions to interpersonal problems including forgiveness, it also raises questions about the causes of these age differences. There are several theoretical accounts for explaining age differences in situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness (Allemand & Steiner, 2010). Most of these explanations can be organized along the different levels of analysis of forgiveness. However, very few studies have empirically tested potential causes of age differences in forgiveness, and most studies focused on dispositional forgiveness. In the following section we describe some theoretical accounts for age differences in forgiveness and research that empirically tested these theoretical ideas.

Explanations regarding the situational level of analysis emphasize the role of contextual factors such as life events, circumstances, and challenges. It is possible that context-related age differences might account for age differences in situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness. For example, transgression occurrences might vary across the lifespan as a consequence of being exposed to different social contexts and roles, and, consequently, differentially influence the tendency to forgive others. Recently, we tested the hypothesis that interpersonal transgression frequency and intensity partially mediate the association between age and dispositional forgiveness. We used data from a cross-sectional sample of Swiss adults aged 20 to 83 years. Participants completed a self-report measure of forgivingness and indicated whether and how intense they have experienced different types of interpersonal transgressions during the past 12 months. Results indicate that older adults were, on average, more willing to forgive others than middle-aged and younger adults. Moreover, older adults experience interpersonal transgressions less frequent than younger adults, and they perceive transgressions as less intense. In support of the hypothesis, the age effects in transgression occurrences explain, in part, why older adults are more willing to forgive than middle-aged and younger adults (Steiner et al., in press a).

Explanations regarding the dispositional level of analysis emphasize person-related factors. For example, older adults may have certain beliefs or value systems that predispose them to be more forgiving than middle-aged and younger adults (Romero & Mitchell, 2008). It is possible that age differences in belief systems such as religiosity explain age differences in forgiveness. Indeed, previous research has shown that age is positively associated with religiousness, and religiousness with forgivingness (Bono & McCullough, 2004; Huber, Allemand & Huber, 2011; Mullet et al., 2003). Because of the dispositional nature of forgivingness, the age effects on dispositional forgiveness might also be discussed in light of age differences and age-related changes in personality traits. Cross-sectional and longitudinal research on personality trait development reported systematic increases in agreeableness and conscientiousness through midlife into old age, while neuroticism decreases with increasing age (e.g., Allemand & Lehmann, in press; Hill & Roberts, 2010; Roberts, Walton, & Viechtbauer, 2006). Agreeableness and neuroticism represent those two traits that are consistently related to forgivingness (Fehr et al., 2010; Mullet et al., 2005). Hence, we tested the hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and dispositional forgiveness. Results from two studies using large cross-sectional samples of Swiss adults with a large age range support the hypothesis, indicating that agreeableness and neuroticism explained, in part, age differences in dispositional forgiveness (Steiner, Allemand, & McCullough, in press b).

3.3.3 Future and Past Time Perspectives

Other explanations for age differences in forgiveness emphasize individual differences in time perspective. An important theoretical concept in this regard is *future time perspective*. The socio-emotional selectivity theory (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999; Carstensen, Mikels, & Mather, 2006) assumes emotional and motivational changes across the lifespan as a result of perceived time left in life. More specifically, when time appears to be open-ended,

people tend to pursue goals associated with broadening their understanding of the world. Doing so enables people to prepare for the challenges and opportunities that await them. An open-ended time perspective is more common among healthy young adults and early middle-aged adults. By contrast, rather than preparing for the future, people turn their attention to the present and pursue social goals aimed at regulating their affective states through positive interactions with others. The theory assumes that the regulation of emotions receives greater priority as people age because chronological age is negatively related to time left in life. Hence, forgivingness might become a useful resource and strategy (Bono & McCullough, 2004). Two studies tested the hypothesis that people would be more willing to forgive others when future time is perceived as limited as opposed to open-ended (Allemand, 2008; Cheng & Yim, 2008). For example, in one study, younger and older participants were instructed to judge their willingness to forgive as a function of future time perspective. Controlling for self-reported future time perspective, results indicate that older adults were more willing to forgive than younger adults. More important, results demonstrate that the perception of future time plays an essential role in dispositional forgiveness. An age by future time perspective interaction effect was found, suggesting that the effect of limited future time perspective was smaller in older adults than in younger adults (Allemand, 2008). The results support the idea that an individual's perception of the remaining time to live determines, in part, his or her proneness to deal with interpersonal hurts or transgressions.

One additional theoretical account that might be investigated in future studies refers to lived time, that is, *past time perspective* (cf. Allemand, 2008). Lay impressions suggest that aging is associated with being more experienced (Heckhausen et al., 1989). This implies that older age is linked with a greater number of life experiences including interpersonal problems and transgressions. Consequently, older adults might have more knowledge and judgment about life and ways of planning, managing, and understanding life (Baltes et al., 2006). Therefore, future studies might examine the hypothesis that the association between

forgivingness and aging is due to the effect of increased experiences with hurtful situations and forgiveness across the adult lifespan. As people grow older, they might gain more expertise in letting go of hurtful feelings and thoughts, and therefore be more inclined to forgive others than middle-aged and younger adults.

To summarize, research has begun to systematically test hypotheses about potential causes of age differences in forgiveness. These theoretical explanations can be organized along the different levels of analysis of forgiveness. In addition, the future and past time perspectives reflect two important theoretical accounts for age differences in forgiveness that need further research.

3.4. Practical Implications

Applied researchers have started to develop forgiveness interventions. The aim of these mostly clinically oriented interventions is to overcome severe interpersonal transgressions by coping with a broad range of clinical issues such as anxiety, anger, grief and depression, and also by enhancing forgiveness. Other non-clinical forgiveness interventions were conducted with college students or married couples including a variety of transgression types with the aim of enhancing forgiveness and reconciliation (cf. Worthington, 2005). Wade and Worthington (2005) reviewed the specific contents of these interventions and found six common themes across the interventions: (1) Defining or describing explicitly what forgiveness is. (2) Recalling and remembering the transgression within a supportive, healing environment. (3) Building empathy or helping participants to feel, to understand and to relate to the experiences of their transgressors. (4) Helping participants to acknowledge their own past by remembering and recalling specific instances when they have been in the role of the transgressor. (5) Encouraging a commitment to forgive the transgressor. (6) Overcoming unforgiveness by learning to control anger, desires for revenge and avoidance, and rumination. Those strategies are primarily intended to reduce unforgiveness and not

necessarily the promotion of forgiveness (for a detailed discussion of all elements, see Wade & Worthington, 2005).

Although available empirical research suggests consistent age differences and age-related changes in forgiveness, no intervention study has explicitly included developmental aspects yet. We assume that a lifespan development perspective on forgiveness is relevant for applied research and has practical implication for forgiveness interventions with different age groups such as older adults. We suppose that explicitly taking age-specific issues into account might strengthen the benefits of current forgiveness interventions (Freedman et al., 2005; Worthington, 2005). Based on theoretical assumptions and previous empirical research, we present two ideas how to integrate developmental aspects into future forgiveness interventions.

First, as noted above, the perception of *time left in life* has important implications for emotion, cognition, and motivation (Carstensen et al., 1999; 2006). When future time is perceived as open-ended or even expansive, the time perspective is future-oriented and most goals aimed at optimizing the future are prioritized. Such goals often pertain to the acquisition of knowledge or the seeking of new contacts that could be useful in the more distant future. Pertaining to forgiveness interventions, this would imply to learn strategies how to deal with negative consequences of interpersonal transgressions such as emotion regulation strategies. Learning different coping strategies would be helpful for future transgressions. As perceptions of an open-ended time perspective are more common among healthy young adults and early middle-aged adults, the practical implications would be to emphasize the core components that promote learning coping strategies. By contrast, when future time is perceived as limited, emotional experience assumes primacy; people are motivated to monitor and select their environments to optimize emotional meaningfulness and emotional functioning. Perceptions of limited time left in life are more common among older and very old adults. One way to promote emotional meaningfulness is to clarify past interpersonal transgressions and to

integrate them into a coherent life story. From a narrative perspective, this would imply the narrative reconstruction and storied understanding of past episodes that marked important changes in the self and the life story (McAdams, 2008). The implications would be to focus on recalling the hurt and helping participants to acknowledge their own past. It could be helpful to talk or to write about the experience of being hurt and the current emotions and thoughts. One important task for older adults is to reflect the role of forgiveness in their life story including forgiveness experiences in childhood and adolescence. More broadly, it is helpful to work out the individual's general behavior patterns in interpersonal problems and conflict situations. To conclude, we assume that future-oriented themes such as learning strategies for present and future transgressions are more important elements in forgiveness interventions for younger and middle-aged adults than for older adults. In contrast, we assume that past-oriented themes such as clarifying and understanding past interpersonal transgressions and integrating them into the life story are more important elements for older adults as compared to middle-aged and older adults.

Second, we argued that the *lived time* might have important implications for forgiveness interventions from a lifespan perspective as well. It is obvious that life experiences increase with age. People make positive and negative experiences, have conflicts, have to find solutions, compromises, and learn to improve their emotion regulation. Increasing life experiences may help to deal with conflict situations. For example, life experiences might encourage conscious or implicit knowledge about the benefits of forgiveness, and about successful strategies that promote the process of situation-specific forgiveness. Such assumptions would again imply to learn different helpful strategies that enhance forgiveness. One helpful point of departure for practical implications of a past time perspective resides in the wisdom literature (Baltes & Staudinger, 2000). For example, based on concepts from the wisdom literature and the lifespan development perspective, Baumann and Linden (2008)

suggested a helpful intervention for participants with adverse life events such as interpersonal transgressions and adjustment difficulties.

3.5 Conclusions

Situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness are important topics in the scientific psychological research and particularly in the field of justice. A lifespan development perspective contributes to the growing forgiveness literature. Four take-home messages stand out: First, it is important to differentiate between the victim and transgressor perspectives as this distinction leads to different forms of forgiveness. Moreover, it is also essential to take different levels of analysis of forgiveness such as situational, dispositional, and dyadic levels into account. Second, based on the situational and dispositional levels we conceptualized forgiveness as a process of change and as a trait. Third, the lifespan development perspective provides a helpful theoretical background for visualizing forgiveness across the lifespan. Based on this perspective we assumed that situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness have the capacity to change across the lifespan. In this chapter we summarized theoretical and empirical research on forgiveness across the adult lifespan to support this notion. Available empirical evidence suggests age differences particularly in dispositional forgiveness, indicating that the tendency to forgive others tends to increase as people age. However, longitudinal studies are needed to confirm the cross-sectional results. Fourth, previous research and theoretical assumptions from the lifespan development perspective provides practical implications for applied researchers. In this chapter we presented some ideas how to implement developmental issues into forgiveness interventions. To conclude, recent theoretical advances and empirical results suggest that the future is bright for the scientific study of forgiveness from a lifespan development perspective and also for practical reasons.

4. Age differences in forgivingness: The role of transgression frequency and intensity³

4.1. Introduction

Research suggests age differences in response to interpersonal problems. For example, older adults report fewer negative interpersonal interactions and more positive feelings towards their social partners compared to younger adults (Akiyama, Antonucci, Takahashi, & Langfahl, 2003; Almeida, 2005; Rook, 1984). Older adults also perceive interpersonal conflicts as less stressful and anger-provoking, and they use passive emotion regulation strategies such as suppressing feelings more often than younger adults do (Birditt & Fingerman, 2003; Charles & Carstensen, 2008; Coats & Blanchard-Fields, 2008). Furthermore, older adults differ in their cognitive and behavioral reactions to difficult interpersonal situations as compared to younger adults (Birditt & Fingerman, 2005; Blanchard-Fields & Coats, 2008; Blanchard-Fields, Mienaltowski, & Seay, 2007). Birditt, Fingerman, and Almeida (2005) have shown that older adults attempt to avoid problems when they are upset, whereas younger adults behave more confrontationally.

These age group differences in responses to interpersonal events are also reflected in older people's goals for responding to interpersonal problems. Sorkin and Rook (2006) discovered that preserving goodwill in the relationship was the most common coping goal (endorsed by 59.4% of participants), followed by reducing one's own distress (endorsed by 23.2% of participants), whereas getting the interaction partner to change his or her behavior was the coping goal of a minority of older people (endorsed by 17.4% of participants). This finding is in line with research by Van Lange, Otten, De Bruin, and Joireman (1997). The

³ Eine ähnliche Version dieses Kapitels wird im „Journal of Research in Personality“ erscheinen (Steiner, Allemand & McCullough, im Druck).

authors showed that higher percentages of older adults (82%) can be classified as having prosocial interpersonal orientations, as opposed to individualistic or competitive interpersonal orientations, compared to younger adults (56% of the adults under age 30). To summarize, available empirical research suggests profound and consistent age differences in exposure and reactions to interpersonal problems.

One particular type of interpersonal problem that is underrepresented in the adult lifespan development literature refers to *interpersonal transgressions*. The main purpose of the present study was to examine cross-sectional age differences in how individuals tend to deal with interpersonal transgressions. Specifically, this study sought to investigate the disposition to forgive others by clarifying the role of transgression frequency and intensity as an explanatory account for age differences in forgivingness. Given the significance of interpersonal transgressions for emotional and social distress (Leary, Springer, Negel, Amsell, & Evans, 1998), it is important to understand how people of different ages are exposed to interpersonal transgressions and to examine whether a lower frequency of encountering transgressions can help to explain age group variation in people's characteristic responses to them.

4.1.1 Forgivingness as a Personality Dimension

Forgiveness can be considered as a contextualized psychological process of change with respect to a specific transgressor and a specific transgression (Fincham, 2000; McCullough, Fincham, & Tsang, 2003). In addition, it can also be conceptualized as a personality dimension (McCullough & Witvliet, 2002). As a disposition, *forgivingness* refers to individual differences in the tendency to forgive others across different contexts (e.g., Berry, Worthington, Parrott, O'Connor, & Wade, 2001; Brown, 2003; Mullet, Houdbine, Laumonier, & Girard, 1998; Roberts, 1995). People high in forgivingness are more likely to forgive a transgression regardless of the specific transgressor or situation. Forgivingness can be

considered a positive personality dimension, insofar as it helps to uphold social relationships with others (Hill & Allemand, 2010). It is then unsurprising that forgivingness is positively related to agreeableness (Allemand, Sassin-Meng, Huber, & Schmitt, 2008; Berry et al., 2001; McCullough & Hoyt, 2002) and other personality variables describing prosocial tendencies. For example, dispositionally forgiving individuals tend to score higher on empathic concern and perspective taking (Berry, Worthington, O'Connor, Parrot, & Wade, 2005) and gratitude (McCullough, Emmons, & Tsang, 2002). In contrast, forgivingness is negatively related to neuroticism (Allemand, Sassin-Meng et al., 2008; Berry et al., 2005; McCullough & Hoyt, 2002) and intrapersonal features comprising neurotic elements such as dispositional anger (Rye et al., 2001), depression (Brown, 2003) and rumination (Berry et al., 2005). Research has also shown that people with high levels of dispositional abilities to down-regulate negative affective states and to disengage from ruminative thoughts are more willing to forgive others (Allemand, Job, Christen, & Keller, 2008). Finally, there is evidence for a positive relationship between forgivingness and religiousness. People who consider themselves to be highly religious tend to report higher forgivingness than those who consider themselves less religious (Mullet et al., 2003; Rye et al., 2001). To summarize, available empirical results support the claim that forgivingness can be conceptualized as a personality dimension.

4.1.2 Age Differences in Forgivingness

Previous research has shown that forgivingness varies as a function of age, with young children and adolescents, on average, being least willing to forgive and older adults being most willing (e.g., Allemand, 2008; Enright, Gassin, & Wu, 1992; Girard & Mullet, 1997; Krause & Ellison, 2003; Mullet & Girard, 2000; Mullet et al., 1998, 2003; Subkoviak et al., 1995). For example, Subkoviak et al. (1995) found college students to be less prone to forgive than their middle-aged parents. In an U.S. probability sample, Toussaint, Williams, Musick,

and Everson (2001) reported middle-aged and older adults being more willing to forgive others as compared to a younger age group. Lawler-Row and Piferi (2006) found an age effect in forgivingness in a study of adults ranging in age from 50 to 95 years, with older adults describing themselves as being more forgiving than the middle-aged adults. Moreover, in a sample of French adults aged 18-90 years, Mullet et al. (1998) found that younger adults tended to be more motivated to forgive others by personal and social considerations (e.g., because they are in good mood, because family or friends think they should forgive, or the consequences of the transgression have been cancelled in some way), whereas older adults tended to forgive because of strong convictions that forgiveness should be practiced unconditionally (Girard & Mullet, 1997). To summarize, available empirical results seem to indicate age differences in forgivingness, with older adults, on average, being more willing to forgive others than middle-aged and younger adults.

These findings lead to the question of what accounts for age differences in forgivingness. Several possible explanations exist (cf. Allemand & Steiner, 2010). For example, older adults may have certain beliefs or value systems that predispose them to be more forgiving (Romero & Mitchell, 2008). Several studies have shown that religiousness is positively related to forgivingness (Mullet et al., 2003; Rye et al., 2001), and age (Idler, 2006). Building on the theory of socio-emotional selectivity (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999), age-related differences in forgivingness might reflect, in part, changes of goal preferences across the lifespan. The future time perspective is the dominating force that structures human motivations and goals. When future time is perceived as limited, emotional experiences assume primacy; people are motivated to keep close relationships, social and emotional well-being. When future time is perceived as open-ended, goals aimed at optimizing the future are prioritized. Because chronological age is inextricably associated to time left in life, the theory assumes that the regulation of emotions received greater priority as people age. Hence, forgiveness becomes a useful resource and strategy (cf. Bono &

McCullough, 2004). Recently, Allemand (2008) and Cheng and Yim (2008) experimentally investigated the role of future time perspective as an explanatory account for age differences in forgivingness and forgiveness. The results showed that the perception of time as limited versus open-ended influences people's willingness to forgive hypothetical interpersonal transgressions, and explained, in part, age differences in forgivingness (Allemand, 2008). Similarly, the role of past time perspective might reflect another explanatory account for age differences in forgivingness. Greater number of life experiences, and, consequently, more knowledge and judgment about life and ways of planning, managing, and understanding life suggest that aging is associated with being more experienced (Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 2006; Baltes & Staudinger, 2000) and thus might also account for age differences in forgivingness.

4.1.3 The Role of Transgression Frequency and Intensity

Another possibility is that age differences in forgivingness may be due to age effects in the *exposure* and *reactions* to interpersonal transgressions across the adult lifespan. For the present study we thus focused on three indicators of transgressions: frequency, intensity, and type. Frequency denotes an objective indicator of transgression occurrences, whereas intensity denotes a subjective indicator of the perceived impact of transgressions. Type refers to the diverse contents of transgressions that may range from simple divergence in preference to deep hurts and severe transgressions. It should be noted that although event frequency and event intensity are correlated they reflect two conceptually distinct indicators of interpersonal transgressions. It is a common distinction in the measurement of positive and negative life events (Maybery, Jones-Ellis, Neale, & Arentz, 2006; Maybery, Neale, Arentz, & Jones-Ellis, 2007) and affective experiences (Schimmack & Diener, 1997) to differentiate between frequency and intensity.

First, *frequency* of interpersonal transgressions may be a function of the frequency of social contacts across the lifespan. Studies have shown a decrease in the number of social network partners as people age (cf. Antonucci, 2001), which, in turn, might diminish the risk of being hurt by others. For example, Akiyama et al. (2003) investigated age differences in negative interactions in close relationships and assumed three possible explanations for decreasing negative interactions with age: social maturity, familiarity, and contact frequency. Concerning contact frequency, the authors suggested that the more contacts or interactions people have, the more conflicts and frustrations they experience. Results indicated that negative interactions tend to decrease with age and that contact frequency appeared to be the best explanation for these age differences.

A similar explanation is that frequency of interpersonal transgressions might vary across the adult lifespan as a consequence of being exposed to different social contexts and roles. Broadly, one might distinguish between status roles that encompass work and social position roles, and between belongingness roles that include friendship, family, and community roles. Many of these roles are age-graded (Roberts & Wood, 2006). The number and the nature of these social roles change systematically across the lifespan. Younger adults are occupied with disengaging from their parents, finding a mate, and advancing in their job. Middle-aged adults generally hold multiple social roles, e.g., spouse, parent, and worker, with widest responsibilities (Antonucci, Akiyama, & Merline, 2001; Helson & Soto, 2005). Toward retirement the number of social roles decreases (Helson & Soto, 2005). Older adults' roles often focus on close relationships with family or good friends (Carstensen et al., 1999). Because younger and middle-aged adults' social roles tend to be more numerous and more diverse, they might consequently have an increased probability of being intentionally hurt by others. Hence, older adults may experience transgressions less frequently than do middle-aged and younger adults, whereas middle-aged adults may report the most frequent interpersonal transgressions because of their multiple social roles. Moreover, the theory of socio-emotional

selectivity assumes that older people are motivated to optimize their social and emotional functioning (Carstensen et al., 1999; Carstensen, Fung, & Charles, 2003). Likewise, they might be more motivated to reduce time and energy spent on negative experiences, particularly unpleasant social events.

Another explanation offers the social input model of socioemotional aging (Fingerman & Pitzer, 2007). It predicts that older and younger adults evoke different behaviors from social partners. Older adults engage in thoughts and behaviors leading to positive experiences with social partners, and usually, their social partners react positively to their efforts. Indeed, Miller, Charles, and Fingerman (2009) found that perceivers of a social faux pas engaged in more avoidant behaviors with older transgressors (e.g., “accept there is nothing you can do about the situation”), more confrontational behaviors with younger transgressors (e.g., “confront the person”) and roughly equal amongst of engagement behaviors (e.g., “calmly discuss the situation”) with both. According to the social input model, we would assume that proactive strategies on the part of older adults and the responses of their social partners lead to a low level of transgression frequency. To summarize, in line with these arguments, we would expect a negative relationship between transgression frequency and age.

Second, perceived *intensity* of transgressions may also vary across the adult lifespan. For example, Baumeister, Bratslavsky, Finkenauer, and Vohs (2001) found that younger adults process negative information more thoroughly than positive information and do weigh negative information more heavily in impression formation, memory, and decision making than older adults. By contrast, older adults generally interpret situations more positively and they are able to cognitively distance themselves from unpleasant stimuli (Charles & Carstensen, 2008). Older adults also perceive daily stressors as less severe and less threatening than do younger adults (Charles & Almeida, 2006) and report less negative reactivity than younger adults after an interpersonal conflict (Coats & Blanchard-Fields, 2008). Moreover, Aldwin, Sutton, and Lachman (1996) have shown that older adults seem to

be more flexible in adapting their coping responses to the characteristics of the situation, e.g., controllability, than younger adults. Such age differences might, in part, reflect increasing life experiences with age (Baltes et al., 2006; Baltes & Staudinger, 2000). Life experience may change the ways people approach social situations by affecting how people process and respond to emotional information (Blanchard-Fields et al., 2007; Charles & Piazza, 2009). With increasing knowledge and experiences, older adults may perceive and judge situations differently than do younger adults. For example, being hurt for the first time is often a dramatic and very painful experience. Over the lifespan, people get repeatedly hurt and most of them learn to deal with interpersonal conflicts and transgressions. As a consequence, people learn strategies that serve to minimize negative experiences. Hence, older people may recognize the conflict potential of situations and avoid the situation or use passive strategies (Birditt et al., 2005). Age differences in the perception of transgression intensity might also reflect socio-emotional selectivity across the adult lifespan. Older adults may not only limit their exposure to stressful situations, but also engage in emotion regulation strategies (Charles & Carstensen, 2007). In line with these arguments, we would expect a negative relationship between transgression intensity and age.

Finally, age differences in interpersonal transgressions may also vary with respect to the *type* of transgressions. The variety of potential transgressions is wide and ranges from feeling misunderstood over feeling betrayed to violent interpersonal behavior and damaged property. However, to the best of our knowledge, no taxonomy for interpersonal transgressions exists to date.

4.1.4 The Present Study

The present study had three objectives: The first objective was to replicate and to extend findings on age differences in forgivingness using a large age-stratified, randomly selected representative cross-sectional sample. Such a sampling technique provides generalizability

allowing for robust evidence regarding the patterns of age differences in forgivingness. In line with previous research, we expected an age effect with older adults being, on average, more willing to forgive than middle-aged and younger adults. The second objective was to examine age differences in frequency, intensity, and type of interpersonal transgressions. Hence, we adapted a list of interpersonal transgressions that was used by McCullough, Emmons, Kilpatrick, and Mooney (2003). We expected older adults to experience fewer transgressions and to perceive the transgressions as less intense than middle-aged and younger adults. Moreover, we explored age differences in types of interpersonal transgressions. However, we did not have specific hypotheses, as this analysis was exploratory. The third objective was to examine forgivingness in conjunction with interpersonal transgressions thus allowing us to address how transgression occurrences may mediate age differences in forgivingness. Our primary goal was to determine whether transgression frequency and intensity explained, in part, the association between age and forgivingness. If older adults experience fewer transgressions and perceive the transgressions as less intense, that may explain, in part, why they tend to be more willing to forgive others than middle-aged and younger adults. We expected transgression frequency and intensity to partially mediate the relationship between age and forgivingness. The conceptual model of this study is depicted in Figure 2. It is important to note from the outset that the design our study is cross-sectional and therefore might be confounded by cohort effects. Therefore, the results of age differences in forgivingness, transgression frequency and intensity should be considered with this limitation in mind.

4.2 Method

4.2.1 Participants and Procedure

Participants. The sample consisted of 451 adults (56.7% women) ranging in age from 20 to 83 ($M = 52.3$ years, $SD = 16.9$). There was a broad range in educational attainment. Of the

participants, 7.8% reported having a basic education (i.e., primary and secondary school) as the highest level of education, 44.5% had a high school education or equivalent (e.g., vocational school), 24.9% completed a degree from a technical school, and 22.7% completing a university degree. Regarding marital status, 32.4% participants were single, 48.2% were married, 12.3% were either separated or divorced, and 7.1% were widowed. Participants rated their health relative to an average person health on a scale ranging from 1 (*poor*) to 5 (*excellent*; Idler & Kasl, 1991). Perceived health ($M = 4.03$, $SD = 0.81$) was virtually unrelated to age, $r = .04$.

Sampling procedure. The sampling procedure included an age-stratified random selection of prospective study participants accomplished by the registration office of the city of Zurich, a city in the German part of Switzerland with about 380,000 inhabitants. From each one-year age group (1927 to 1987) we included 30 adults with an approximately equal ratio of men and women, resulting in 1,800 prospective participants. To avoid problems due to lack of linguistic skills the random selection only included German-speaking persons (78% of the population of Zurich do speak German). This sampling procedure was successfully used in previous studies (e.g., Zimprich et al., 2008). Prospective study participants received a package consisting of (a) a personalized letter including a description of the study and its required time commitment, (b) information about protection of data privacy, (c) a sociodemographic questionnaire, (d) the study materials including several questionnaires, (e) and a postage-paid business reply envelope for mailing the material back to the researchers. Parts of the questionnaire of the large-scale survey were items on forgivingness and transgression frequency and intensity.

After sending the package to prospective participants, the procedure included the deletion of the postal addresses due to the protection of privacy. Thus, we were not able to remind participants to fill out the questionnaire. The response rate was 25%. All participants were unpaid volunteers. We have only information regarding age and gender of the

prospective participants. To determine the degree of sample selectivity, we compared the initial sample of prospective participants ($N = 1,800$) with the final sample ($N = 451$) with respect to age and gender. The mean age in the final sample ($M = 52.3$, $SD = 16.9$) was slightly higher than in the initial sample ($M = 50.6$, $SD = 17.0$). However, in terms of effect sizes this difference is small, $d = .10$. The gender distribution in the initial sample was 53.0% women to 47.0% men, and only a slightly higher proportion of females participated in the study (56.7%).

4.2.2 Measures

Forgivingness. The Tendency to Forgive Scale (TTF; Brown, 2003) is a brief measure to assess individual differences in forgivingness. Example items are “I tend to get over it quickly when someone hurts my feelings,” and “When people wrong me, my approach is just to forgive and forget.” Each of the four items was followed by a 7-point Likert-type scale anchored with *strongly disagree* (1) and *strongly agree* (7). The alpha reliability estimate for the TTF was .71. Several studies provided support for the TTF being a reliable and valid instrument that also demonstrated favorable self-informant correlations. Moreover, the TTF is related to several individual and social outcomes and processes (Brown, 2003; Brown & Phillips, 2005; Hill & Allemand, 2010).

Transgression frequency and intensity. The Transgression Occurrences Measure (TOM; McCullough, Emmons et al., 2003) was used to assess frequency of a variety of interpersonal transgressions (e.g., insulted you, took advantage of you, stole from you, was violent toward you or betrayed you). The TOM was developed in the tradition of life event checklists (Scully, Tosi, & Banning, 2000). It focuses on transgressions at a broader level of analysis and does not provide details about each transgression. Due to difficulties in translating adequately the items “got even with you for something that happened previously”, “was “two-faced” or insincere”, and “failed to protect you or stick up for your rights” into

German, we replaced them and added “disrespected own rights”, “being refused”, and “being neglected” (all items are depicted in Table 5). Approximately half of the transgressions were “sins of commission” that would be relatively unambiguous and thus highly visible to a third party (e.g., degraded you in public, damage something that belonged to you), and approximately half were “sins of omission” (e.g., failed to appreciate you adequately, took advantage of you). Participants were instructed to indicate how *frequently* the transgressions have occurred to them in their relationships with other people in the last 12 months. The items were rated on a 4-point Likert type scale ranging from *never* (0) to *often* (3). Besides the assessment of frequency of transgression occurrences by the TOM, participants were also asked to rate the perceived *intensity* of the experienced transgressions. Items were rated on a 4-point Likert-type scale ranged from *not at all* (0) to *very extremely* (3). In addition to the frequency and perceived intensity of each single transgression, we were also interested in the overall frequency and intensity of transgressions. If not otherwise specified, the items for frequency and intensity were aggregated by taking their arithmetic mean. Higher scores reflect more frequent interpersonal transgressions or the transgressions were perceived as more intense. The alpha reliability estimates for the frequency and intensity subscales were .90 and .92, respectively.

4.3 Results

4.3.1 Age Differences in Forgivingness

The first objective of the present study was to examine age differences in forgivingness. Table 3 shows the zero-order correlation between age and forgivingness. To formally examine differences in forgivingness across adulthood, the relation between age and forgivingness was tested within a regression framework by means of structural equation modeling (SEM). We first tested a model with age as a continuous manifest indicator that is related to forgivingness as a latent variable where each of the four TTF items was specified to load on this latent

factor (see path $X \rightarrow Y$ of the conceptual model in Figure 2). The model was identified by the marker variable method. In this case, the loading and intercept of one of the indicators of the

Table 3

Means, Standard Deviations, and Correlations Between Study Variables

Variable	1	2	3	4
1. Age	-	-	-	-
2. Forgivingness (TTF)	.23*	-	-	-
3. Overall transgression frequency	-.19*	-.20*	-	-
4. Overall transgression intensity	-.30*	-.25*	.76*	-
Possible range	20-83	1-7	0-3	0-3
<i>M</i>	52.26	3.94	0.62	0.77
<i>SD</i>	16.88	1.16	0.42	0.55

Note. $N = 451$; * $p < .01$.

forgivingness construct is fixed to be one and zero, respectively. The model did not achieve an acceptable fit, $\chi^2(5) = 42.03$, $p < .01$, CFI = .902, SRMR = .051, RMSEA = .128, 90% CI = .094 - .165, $p_{\text{close}} < .01$. The CFI and RMSEA were not in the acceptable range, whereas the SRMR is acceptable (cf. Browne & Cudeck, 1993). The χ^2 -value, however, is almost always significant in large samples. Inspection of the modification indices indicated that there is a large residual covariance between the item 2 (“If someone wrongs me, I often think about it a lot afterward”) and item 4 (“When people wrong me, my approach is just to forgive and forget”). This residual covariance reflects the fact that both items consist of the term “to be wronged by someone.” Thus, the residual covariance between the two items was freely estimated. Doing so improved model fit considerably, $\chi^2(4) = 12.01$, $p < .05$, CFI = .979,

SRMR = .030, RMSEA = .067, 90% CI = .025 - .112, $p_{\text{close}} = .22$. We therefore decided that this model adequately describes the data. Age had a positive linear relationship with forgivingness, $\beta = .26$, $p < .01$. This finding is consistent with previous research and implies that older participants are more willing to forgive others than middle-aged and younger adults. We also tested for a curvilinear relationship between age and forgivingness. Age-squared was virtually unrelated to forgivingness, $\beta = .03$. Table 4 gives the descriptive statistics and effect sizes for forgivingness for three age groups: young adults (20-39 years; $n = 125$), middle-aged adults (40-59 years; $n = 153$), and older adults (60+ years; $n = 173$). These age groups were

Table 4

Means and Standard Deviations of Forgivingness for Younger, Middle-Aged and Older Adults, and Effect Sizes

Age groups	Young adults	Middle-aged adults	Older adults
(years)	(20-39)	(40-59)	(60+)
<i>M</i>	3.67	3.79	4.28
<i>SD</i>	1.09	1.21	1.09
<i>n</i>	125	153	173
Mean differences	Young and middle-aged adults	Young and older adults	Middle-aged and older adults
<i>d</i>	.10	.56	.43
95% confidence interval (CI)	-.13 to .34	.32 to .79	.21 to .65

Note. $N = 451$; d = standardized mean difference.

based on divisions used in the lifespan development literature that identify young, middle, and older adulthood as important age categories in the lifespan (Heckhausen, Dixon, & Baltes, 1989). In terms of effect sizes, the age differences in forgivingness in Table 4 represent small to medium-sized effects (Cohen, 1988).

Equivalence of scale functioning. One critique of these results is that the reported age differences in forgivingness might reflect differential scale functioning. If the measure does not assess the same construct across different age groups because the items have different meanings across age groups, then any comparisons across age would be misleading. In order to ensure that age differences in forgivingness were due to actual variations in forgivingness across age and not to differential scale functioning, we examined the equivalence of scale functioning across three age groups (young adults, middle-aged adults, older adults; see above) by means of multiple group analyses.

To examine the scale functioning of the TTF across three age groups we started with a multiple group analysis by estimating an unconstrained model. More specifically, we tested the hypothesis that the structure of the TTF holds for young, middle-aged, and older participants on a general level without any parameter constraints across age groups (Model 0). Again, the residual covariance between the items 2 and 4 was freely estimated. This model demonstrated an acceptable fit as judged by the CFI, SRMR and RMSEA statistics which were above .90 and below .08, respectively, $\chi^2(3) = 9.03, p < .05$, CFI = .982, SRMR = .013, RMSEA = .067, 90% CI = .019 - .119, $p_{\text{close}} = .23$. Hence, the structure of the TTF appears to hold for young, middle-aged, and older participants. Next, we examined the more constrained hypothesis testing the hypothesis that not only did a similar forgivingness structure exist across the age groups, but the specific loadings for each item were also equivalent across age groups (Model 1). The residual covariance between the items 2 and 4 was freely estimated. The fit statistics for the constrained model were $\chi^2(9) = 13.64, p > .10$, CFI = .986, SRMR = .022, RMSEA = .034, 90% CI = .000 - .068, $p_{\text{close}} = .75$. The χ^2 -difference test between the

unconstrained and constrained models was not statistically significant, $\Delta\chi^2(6) = 4.61, p > .10$. Moreover, the CFI was similar to the former model statistic, whereas the RMSEA even showed an improvement. Therefore, equivalent factor loadings can be assumed across age groups as well as equivalent factor structures. Next, based on the Model 1 we tested the hypothesis that the latent intercepts of the manifest indicators were also equivalent across age groups (Model 2). Item intercepts are the values of the observed scores when the latent factor is zero. Equivalent intercepts across age groups indicate that the observed mean differences at the item level reflect the mean difference at the latent level. Otherwise, measurement bias is evident. Again, the residual covariance between the items 2 and 4 was freely estimated. This model achieved a good fit, $\chi^2(15) = 17.58, p > .10$, CFI = .992, SRMR = .029, RMSEA = .020, 90% CI = .000 - .051, $p_{\text{close}} = .95$. Compared to the former model, this model did not represent a loss in model fit because the χ^2 -difference test was not statistically significant, $\Delta\chi^2(6) = 3.94, p > .10$. Thus, in addition to equivalent factor loadings, equivalent latent intercepts can be assumed. Establishing this form of equivalence allows for meaningfully comparing factor means across age groups. In addition to Model 2 we also tested a model with an equal residual covariance between the items 2 and 4 across age groups (Model 2a), $\chi^2(17) = 31.24, p < .05$, CFI = .958, SRMR = .069, RMSEA = .043, 90% CI = .017 - .067, $p_{\text{close}} = .65$. The χ^2 -difference test was statistically significant, $\Delta\chi^2(2) = 13.66, p < .01$. This finding indicates that the residual covariance between the items was not equal across age groups. The estimated correlations for each age group based on the former model (Model 2) were -.07, $p > .10$ (young adults), -.45, $p < .01$ (middle-aged adults), and -.41, $p < .01$ (older adults).

Finally, based on Model 2 we tested the hypothesis of equal latent factor means across age groups (Model 3). If Model 3 significantly differs with respect to Model 2, this would indicate age differences in latent forgivingness. The fit statistics for Model 3 were $\chi^2(17) = 43.66, p < .01$, CFI = .921, SRMR = .029, RMSEA = .059, 90% CI = .038 - .081, $p_{\text{close}} = .22$. The χ^2 -difference test between the Model 3 and Model 2 was statistically significant, $\Delta\chi^2(2) =$

26.08, $p < .01$, suggesting that the latent means are not equal across age groups. The latent means and standard errors for forgivingness based on Model 2 were: $M = 3.68$, $S.E. = .11$ (young adults), $M = 3.82$, $S.E. = .11$ (middle-aged adults), $M = 4.32$, $S.E. = .10$ (older adults). To conclude, the tests of scale functioning have shown that age differences in forgivingness, as measured with the TTF, can be attributed to meaningful differences in variable functioning within the groups, and not to differential scale functioning within a specific age group except for an unequal residual covariation between two items.

4.3.2 Age Differences in Transgression Frequency and Intensity

The second objective of the present study was to examine age differences in frequency, intensity, and type of interpersonal transgressions. Table 5 shows the zero-order correlation between age and overall frequency and perceived intensity of interpersonal transgressions as measured with the TOM. As expected, participants rarely experienced interpersonal transgressions during the time frame of the past 12 months. Consistent with our hypothesis, age was negatively related to overall frequency and intensity of interpersonal transgressions. This indicates that older adults tended to experience fewer transgressions than middle-aged adults and younger adults, and moreover they tended to perceive the transgressions as less intense. Table 5 gives the descriptive statistics and correlations with age and forgivingness separately for the 20 different transgression types. For example, older adults reported being refused or neglected less frequent than younger people, and they experienced less often than younger adults, that someone failed to appreciate them adequately. In terms of effect sizes the correlations represent small to medium-sized effects (cf. Cohen, 1988). Other transgression types such as “hurt you physically,” “damaged something that belonged to you,” “stole from you,” or “was violent to you” were virtually unrelated to age (see Table 5). Overall, older adults reported lower transgression frequency than younger adults, $r = -.19$, $p < .01$.

Table 5

Means and Standard Deviations of Transgression Occurrences, and Correlations With Age and Forgivingness

	Transgression frequency				Transgression intensity			
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{age}	<i>r</i> _{forgivingness}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{age}	<i>r</i> _{forgivingness}
1. Insulted you	1.10	0.77	-.09	-.18**	1.20	0.94	-.18**	-.28**
2. Took advantage of you ^b	1.15	0.91	-.01	-.11*	1.11	0.92	-.20**	-.21**
3. Betrayed you ^b	0.72	0.79	-.13**	-.19**	1.05	1.07	-.24**	-.20**
4. Lied to you ^b	0.92	0.82	-.14**	-.15**	1.05	1.00	-.25**	-.22**
5. Was unfaithful to you	0.35	0.64	.03	-.09	0.53	0.89	-.09	-.13**
6. Hurt you physically	0.18	0.48	.02	.01	0.26	0.63	-.10	-.07
7. Spread rumors or gossiped about you	0.48	0.72	-.22**	-.10*	0.60	0.91	-.24**	-.14**
8. Damaged something that belonged to you	0.27	0.58	.01	-.06	0.38	0.74	-.00	-.07
9. Stole from you	0.29	0.62	.06	-.07	0.45	0.83	.01	-.09
10. Failed to appreciate you adequately ^{a, b}	1.21	0.84	-.25**	-.21**	1.27	0.96	-.37**	-.28**
11. Told a secret that they promised not to tell	0.34	0.58	-.07	-.02	0.47	0.78	-.12*	-.09
12. Benefited from your misfortune	0.39	0.62	-.10*	-.11*	0.51	0.74	-.13*	-.08

	Transgression frequency				Transgression intensity			
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{age}	<i>r</i> _{forgivingness}	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>r</i> _{age}	<i>r</i> _{forgivingness}
13. Teased you	0.40	0.66	-.14**	-.07	0.47	0.75	-.21**	-.10*
14. Degraded you in public	0.45	0.66	-.08	-.11*	0.67	0.90	-.18**	-.15**
15. Was violent toward you	0.07	0.28	-.03	-.01	0.20	0.62	-.10	-.02
16. Got you in trouble	0.86	0.81	-.19**	-.14**	0.95	0.91	-.18**	-.17**
17. Told you something that hurt you ^{a, b}	1.02	0.84	-.20**	-.23**	1.24	1.01	-.32**	-.27**
18. Disrespected own rights	0.72	0.82	-.06	-.12*	0.95	1.04	-.19**	-.14**
19. Being refused ^b	0.81	0.81	-.25**	-.12*	1.06	1.04	-.36**	-.24**
20. Being neglected	0.75	0.85	-.20**	-.13**	0.96	1.01	-.28**	-.18**

Note. *N* = 451; possible range of frequency: *never* (0) to *often* (3), possible range of intensity: *not at all* (0) to *very extremely* (3), *r*_{age}: correlation with age, *r*_{forgivingness}: correlation with forgivingness; ^{a, b} reflects $r \geq .20$; see additional analyses; * $p < .05$, ** $p < .01$.

Similarly, perceived intensity of many transgression forms correlated significantly negative with age. When older adults were insulted, someone failed to appreciate them, someone told them something that hurt them or when they were refused, older people tended to perceive a transgression as less intense than younger adults. The correlations represented small to medium-sized effects. Again, no significant age effects were found when it comes to physical violence (“hurt you physically,” “was violent toward you”) and destruction of property or theft. Overall, older adults perceived transgressions as less intense than younger adults, $r = -.30, p < .01$. A test indicated that the correlations between age and the overall scores of the two indicators of transgressions, $-.19$ versus $-.30$, were different, $t(448) = 3.53, Z = 3.48, p < .01$. This implies that age is more strongly related to transgression intensity than frequency. Finally, the correlation between mean frequency and mean intensity was $r = .76, p < .01$.

In line with our hypothesis, we found significant negative correlations between different types of interpersonal transgressions and forgivingness, indicating that both frequency and intensity were negatively related to the tendency to forgive others (see Table 5). To conclude, the present results demonstrate that people experiencing transgressions more frequently were less forgiving than people with lower transgression frequency. Similarly, persons perceiving transgressions as more intense were less forgiving than persons with lower transgressions intensity.

4.3.3 Testing the Mediation Role of Transgression Frequency and Intensity

After finding support for our initial hypotheses and confirmation of equivalence of scale functioning of the TTF, we next examined whether the relationship between age and forgivingness is mediated by transgression frequency and intensity. In order to test our mediation hypothesis, we set up a mediation model using SEM. The model consists of one independent variable, two mediators, and one outcome variable (see Figure 2). In this type of mediation model, there are five direct effects: a_1 for the effect age (X) \rightarrow transgression

frequency (M_1), b_1 for the effect $M_1 \rightarrow$ forgivingness (Y), a_2 for the effect age (X) \rightarrow transgression intensity (M_2), b_2 for the effect $M_2 \rightarrow$ forgivingness, and c' for the effect $X \rightarrow Y$. Forgivingness was modeled as a latent variable with a freely estimated residual covariance between the items 2 and 4. Overall transgression frequency and intensity were modeled as

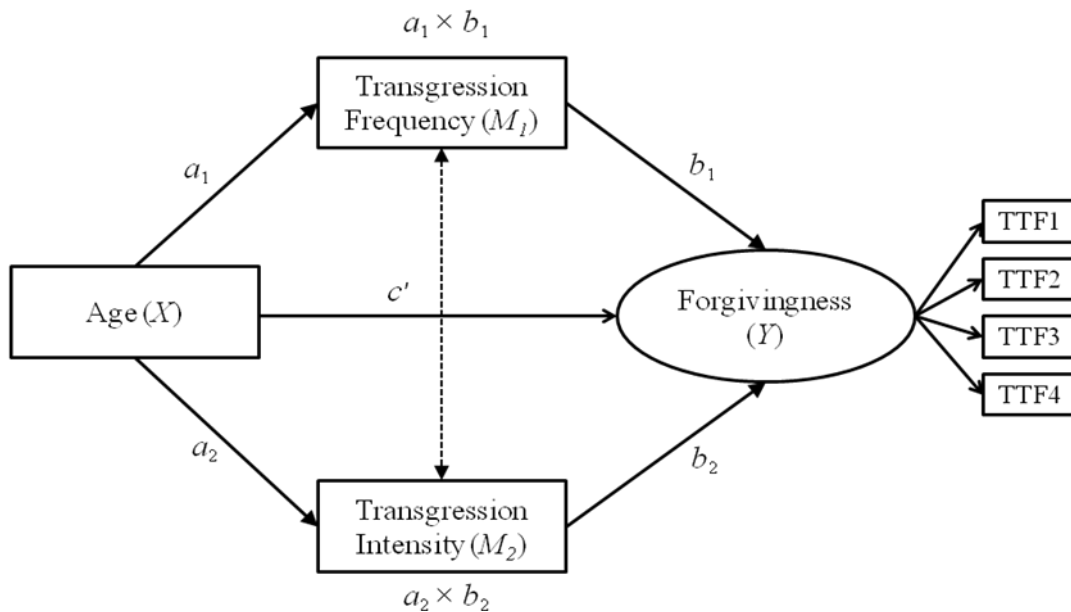


Figure 2. The conceptual model includes an independent variable (X), two mediators (M_1 , M_2), an outcome variable (Y), five direct effects (a_1 , a_2 , b_1 , b_2 , c'), two indirect (mediating) effects ($a_1 \times b_1$, $a_2 \times b_2$), and a residual covariance between the two mediators. The residuals are not depicted in this figure.

continuous manifest indicators. Due to the fact that the two mediators were highly interrelated (see Table 3) a residual covariance was freely estimated. First, we tested the model with the two mediators simultaneously. The model demonstrated an acceptable fit, $\chi^2(10) = 30.39$, $p < .01$, CFI = .977, SRMR = .045, RMSEA = .067, 90% CI = .041 - .096, $p_{\text{close}} = .13$. As expected, the residual correlation between frequency and intensity was $r = .79$, $p < .01$. At the same time, path b_1 from transgression frequency to forgivingness was virtually zero ($\beta = .03$).

Fixing this path to be zero resulted in $\chi^2(11) = 30.48, p < .01$, CFI = .978, SRMR = .045, RMSEA = .063, 90% CI = .037 - .090, $p_{\text{close}} = .18$. Compared to the former model, this model did not represent a loss in model fit, $\Delta\chi^2(1) = 0.09, p > .10$. Whereas the CFI and the SRMR were similar to the former model statistic, the RMSEA even showed slight improvement. In addition, given that the specific indirect effects of each mediator could be attenuated due to collinearity, we thus decided to test the mediating role of transgression frequency and intensity separately in two models.

Second, we estimated and tested all direct effects by means of the z -statistic and used bootstrapping to assess the indirect (mediating) effect $a \times b$ (cf. Preacher & Hayes, 2008). Simulation research has shown that bootstrapping is one of the more valid and powerful methods for testing indirect effect, it has higher power while maintaining reasonable control over the Type I error rate, and it can also be recommended when smaller samples are available (MacKinnon, Lockwood, Hoffman, West, & Sheets, 2002; Williams & MacKinnon, 2008). Tests of indirect effects were performed using 5,000 bootstrapped samples. In our first model with a single mediator, we examined whether transgression frequency mediates the relationship between age and forgivingness. The fit statistics were $\chi^2(7) = 25.69, p < .01$, CFI = .955, SRMR = .040, RMSEA = .076, 90% CI = .046 - .109, $p_{\text{close}} = .08$. We report on the standardized coefficient values for the direct and indirect effects, as well as the bootstrap 95% confidence intervals in Table 6 (Model 1). An effect is statistically significant if its confidence interval does not include zero. All direct effects were substantial (standardized effects $> .10$) and significant. An examination of the indirect effect supports our hypothesis that the effect of age on forgivingness is partially mediated by transgression frequency. Next, we examined whether transgression intensity mediates the relationship between age and forgivingness. The fit statistics were $\chi^2(7) = 28.46, p < .01$, CFI = .951, SRMR = .042, RMSEA = .08, 90% CI = .052 - .115, $p_{\text{close}} = .05$. The significant indirect effect supports our hypothesis that the effect of age on forgivingness is partially mediated by transgression intensity (see Table 6, Model

Table 6

Tests of Mediation Predicting Forgivingness From Age, With Transgression Frequency and Intensity as Mediators (Standardized Estimates)

Model	Path	Direct effect	Indirect effect	95% confidence interval (CI)
1	<i>a</i> Age → Frequency	-.19***		-.28 to -.10
	<i>b</i> Frequency → Forgivingness	-.18**		-.29 to -.06
	<i>c'</i> Age → Forgivingness	.22***		.12 to .32
	<i>a</i> × <i>b</i>		.03**	.01 to .07
2	<i>a</i> Age → Intensity	-.28***		-.37 to -.19
	<i>b</i> Intensity → Forgivingness	-.24***		-.35 to -.13
	<i>c'</i> Age → Forgivingness	.19***		.08 to .29
	<i>a</i> × <i>b</i>		.07***	.03 to .12
1A	<i>a</i> Age → Frequency	-.27**		-.35 to -.18
	<i>b</i> Frequency → Forgivingness	-.24***		-.34 to -.13
	<i>c'</i> Age → Forgivingness	.19***		.09 to .29
	<i>a</i> × <i>b</i>		.06***	.03 to .11
2A	<i>a</i> Age → Intensity	-.36***		-.44 to -.28
	<i>b</i> Intensity → Forgivingness	-.28***		-.40 to -.160
	<i>c'</i> Age → Forgivingness	.15**		.04 to .26
	<i>a</i> × <i>b</i>		.10***	.06 to .16

Notes. *N* = 451; bias-corrected 95% confidence intervals (CI) were estimated for the direct and indirect effects using 5'000 bootstrap samples; an effect is statistically significant if its confidence interval does not include zero; ***p* < .01; ****p* < .001.

2). To summarize, the present findings have shown that transgression frequency and intensity explain, in part, why older adults are more forgiving than younger adults.

Additional analyses. Because some transgressions were more strongly related to age and forgivingness, whereas others were virtually unrelated (see Table 5), we performed two additional analyses with a subset of transgressions that have correlations of $r \geq .20$ with age and forgivingness. Two items met this criterion for transgression frequency (see superscript a in Table 5) and six items for transgression intensity (see superscript b in Table 5). These selected items were aggregated using their arithmetic mean in order to form new frequency and intensity scores. We then repeated the mediation analyses with the new scores. The fit statistics for Model 1A was $\chi^2(7) = 21.98, p < .01, CFI = .965, SRMR = .035, RMSEA = .070, 90\% CI = .038 - .103, p_{close} = .14$; and for Model 2A, $\chi^2(7) = 30.20, p < .01, CFI = .951, SRMR = .040, RMSEA = .086, 90\% CI = .056 - .118, p_{close} = .03$. In both analyses, the confidence intervals of the standardized indirect effect exclude zero and therefore support the conclusion that the indirect effect of age on forgivingness through the mediator of frequency (Model 1A) and intensity (Model 2A), respectively, is statistically significant (see Table 6, Model 1A and Model 2A). Moreover, the results clearly demonstrate that the indirect effect of age becomes stronger with the new transgression intensity score. To summarize, the present results supported our hypothesis that transgression frequency and intensity partially mediate the relationship between age and forgivingness.

4.4 Discussion

The first objective of the present cross-sectional study was to examine age differences in forgivingness using a large and representative sample with a broad age range. We found a positive age effect in forgivingness with older adults, on average, being more willing to forgive others than middle-aged and younger adults. Systematic tests of equivalence of scale functioning demonstrated that age differences in forgivingness as measured with the TTF

cannot be attributed to differential scale functioning within a specific age group, but reflect actual variation in forgivingness across age. In other words, the TTF items have the same meaning across age groups. The present finding is in line with previous research showing that forgivingness varies as a function of age (e.g., Allemand, 2008; Mullet et al., 1998; Toussaint et al., 2001). This finding is also consistent with research showing that as people get older, they become better able to regulate their emotions and reactions to problems because they are more cognitively mature and more concerned with maintaining emotionally close interpersonal relationships (Blanchard-Fields & Cooper, 2004; Carstensen et al., 1999; Labouvie-Vief, Hakim-Larson, & Hobart, 1987). For example, Gross et al. (1997) argued that lifelong experience may result in improved emotion regulation, and suggested that this is likely to result in less frequent experience of negative affect among older adults.

The second objective of the present study was to examine age differences in frequency, intensity, and type of interpersonal transgressions. Previous forgiveness studies are often limited to single transgressions as for example transgressions within the family setting (Subkoviak et al., 1995; Pratt, Norris, Cressman, Lawford, & Hebblethwaite, 2008), job-related transgressions (Lee & Chard, 2003), or to specific age groups such as undergraduate students (McCullough, Root, & Cohen, 2006). We used a list with different types of interpersonal transgressions to get a broader spectrum of transgressions, and we asked participants to indicate how often and how intense they have perceived different transgression types during the past 12 months. As expected, many transgressions occurred rarely. Three results stand out. First, in line with our expectation, we found a negative age effect for overall and specific transgression frequency with older adults, on average, tending to experience transgressions less frequent than middle-aged and younger adults. The strongest age effects were found for the transgressions “failed to appreciate you adequately,” “being refused,” and “spread rumors or gossiped about you.” Older adults might experience transgressions less frequently than middle-aged and younger adults because they tend to avoid difficult

interpersonal situations (Birditt et al., 2005; Blanchard-Fields et al., 2007). It is assumed that this tendency of avoidance is a result of time horizon and increasing knowledge about how to regulate their emotions and their social lives from experience made in the past (Carstensen et al., 1999; Charles & Carstensen, 2010; Charles & Piazza, 2009). Changes in perspective and knowledge enable older adults to navigate their environments so that they successfully avoid negative experiences such as interpersonal transgressions. It is also possible that older adults are treated differently by others than younger adults (Fingerman & Pitzer, 2007). According to Fingerman and Charles (2010), emotional experience is not solely the product of the individual, but the result of a combination of thoughts and actions of the older adults and their social partners. Older adults seem not only to avoid conflicts, but also to have social partners who treat them kindly. No age effects were found for transgression types such as physical violence, damage of property or theft. These transgressions occurred hardly ever.

Second, consistent with our expectation, we also found a negative age effect for overall transgression intensity as well as for the majority of the single transgression types (but again not in transgressions such as physical violence, damage of property or theft). Older people seem better able to cope with missing appreciation, with a lie, when they are refused or someone told them something that hurt them. This is consistent with previous research on emotion regulation (Charles & Carstensen, 2007; Gross et al., 1997). When people aged 13 to 99 described their last interpersonal tension, older participants were less likely to describe anger than young adults and adolescents and reported less intense aversive responses than younger people (Birditt & Fingerman, 2003). Older adults also reported less distress and reactivity to interpersonal conflict than younger adults (Almeida, 2005; Birditt et al., 2005). Charles and Carstensen (2008) found that older adults are adept to employ cognitive appraisal strategies during stressful situations.

Third, we explored age differences in types of interpersonal transgressions. To date, no taxonomy for interpersonal transgressions exists. Therefore we utilized a list of transgressions

to assess different types of transgressions. It is interesting to note that regarding the correlational patterns with age, there seem to be two groups of transgression types. One group (physical violence (two items), damage to property and theft) includes “criminal acts.” These transgressions occurred very rarely, and therefore no significant correlations with age were found neither in transgression frequency nor in perceived intensity of the transgressions. The second group consists of the remaining transgression types as for example being refused or being neglected. In this group, we found significant age effects. One possible explanation might be that these transgression types allow more differences in the individual perceptions and interpretations of the situations than criminal acts do. Future research is needed to obtain more detailed accounts of the different transgression types. It remains an open question how to adequately categorize transgressions: according to categories like omission and commission, perceived intensity, or according to physical and psychical consequences.

The third objective of the present study was to contribute to the literature by investigating the role of transgression frequency and intensity as an explanatory account for age differences in forgivingness. In line with our expectation we found that transgression frequency and, particularly, intensity partially mediating the relationship between age and forgivingness. Put differently, the two indicators of transgressions explain, in part, age differences in forgivingness. Older persons perceived transgressions less frequently and as less intense, and were thus more forgiving. Moreover, the findings of our additional analyses using a subsample of transgressions revealed that the relationships between age and the mediators and between the mediators and forgivingness, respectively, even became stronger. It should be noted that both transgression frequency and intensity partially explain age differences in forgivingness in the single mediation models, with slightly larger associations between perceived transgression intensity and age and forgivingness, respectively. However, in the model with both intensity and frequency simultaneously as mediators, however, only intensity accounted for variance in age differences in forgivingness. This differential finding

is interesting and it supported the view that although transgression intensity and frequency are highly correlated, they reflect two conceptually distinct indicators of interpersonal transgressions. This differential pattern follows other work distinguishing between frequency and intensity (Maybery et al., 2006, 2007; Schimmack & Diener, 1997).

Several possible explanations exist for the mediational role of transgression frequency and intensity. According to Carstensen et al. (1999), older adults are motivated to reduce the time and energy spent on negative experiences, particularly unpleasant social events. This motivation may lead to an increase in forgivingness, independent of the circumstances. A second possible explanation is based on the social input model of Fingerman and Pitzer (2007) predicting that not only the behavior of older adults, but the behavior and reactions of their social partners as well, have an influence on the positive social ties of older adults. A third possible explanation may be associated with the increasing life experience of older people. Birditt et al. (2005) report that older adults indicated fewer tensions and less emotional reactivity than younger adults and suggest that older adults have habituated to problems. Finally, Coats and Blanchard-Fields (2008) suggest that age differences in emotion regulation are a consequence of older adults' decreased ability to integrate emotion and cognition, their prioritization of emotion regulation goals, and decreased tendency to express anger. To summarize, several possible explanations exist for explaining age differences in forgivingness (cf. Allemand & Steiner, 2010). In this study, we tested the idea that transgression frequency and intensity partially explain the relationship between age and forgivingness, and we found empirical evidence for this idea.

Several limitations should be considered when interpreting the results of this study. First, our study exclusively based on self-reports. Future studies should consider using observer reports and behavioral measures as well as diary data in order to enhance the understanding of the role of transgression frequency and intensity for forgivingness. For example, participants could be asked to speak out loudly their cognitions and feelings after an

experimentally induced transgression. This procedure would help to shed light on possible age differences in emotions and/or attributions and the regulation of negative emotions and cognitions after transgressions. Second, the measure of transgression frequency and intensity might not assess the whole spectrum of interpersonal transgression types. It is possible that some age-specific transgressions were not included in the measure. Furthermore, we did not examine the details of each transgression as our measure focuses on transgressions at a broader level of analysis, similar to life event checklists (Scully et al., 2000). Future studies should assess interpersonal transgressions at a more specific level of analysis in order to investigate the sources and details of the transgressions. Third it is possible that memory effects played a role because we asked about transgressions in the last 12 months. For example, in studies examining memory for positive, neutral, and negative stimuli, findings revealed that the memory of older adults is less negative than that of younger adults (cf. Charles & Carstensen, 2010). Hence, people may vary in how well they remember past transgressions and their frequency. Some people might even forget a transgression after having forgiven their offender. Moreover, it is possible that highly forgiving people show differential perceptual and memory effects as compared to people with low scores in forgivingness. Future experimental research should take this aspect into account. Finally, although the hypothesis underlying this study implies a causal influence of age and transgression frequency and intensity on forgivingness, the cross-sectional nature of the study demands caution in the interpretation of the data. It is not clear whether the findings truly represent a developmental process or whether they simply mirror a cohort effect. For example, it might be that older cohorts have been taught and therefore learned to inhibit their negative emotions. To our knowledge, no studies to date have examined cohort effects on forgivingness and interpersonal transgressions. However, research on aggression may offer some insights. For example, aggressive behavior seems to be quite stable over time and generations (Huesmann, Eron, Lefkowitz, & Walder, 1984). In a recent study on cohort

effects using large samples, Trzesniewski and Donnellan (2010) found little evidence for meaningful change in antisocial behavior over the last 30 years. However, longitudinal studies will be needed to examine specific temporal and developmental aspects of forgivingness and age-related changes in transgression frequency and intensity.

The present study was designed to clarify the role of transgression frequency and intensity as an explanatory account for age differences in forgivingness. To do so, we used a large and representative sample of adults with a broad age range. Replicating prior research, we found that older adults are more willing to forgive others than middle-aged and younger adults. We contributed to the literature by demonstrating that transgression frequency and intensity are age-related and explain, in part, why older adults are more willing to forgive than their younger counterparts.

5. Do Agreeableness and Neuroticism explain age differences in the tendency to forgive others?⁴

5.1 Introduction

Theory and research suggest the existence of age differences in forgivingness, defined as individual differences in the tendency to forgive others that is at least consistent across relationships and transgressions (Allemand & Steiner, 2010). Older adults are, on average, more willing to forgive others than middle-aged and younger adults, and children and adolescents are least willing to forgive others (Allemand, 2008; Enright, Gassin, & Wu, 1992; Girard & Mullet, 1997; Hill & Allemand, 2010; Krause & Ellison, 2003; Mullet & Girard, 2000; Mullet, Houdbine, Laumonier, & Girard, 1998; Steiner, Allemand, & McCullough, 2010). For example, Subkoviak et al. (1995) found college students to be less willing to forgive others than their middle-aged parents. In an U.S. probability sample, Toussaint, Williams, Musick, and Everson (2001) reported middle-aged (45-64 years) and older adults (65 years and older) being more willing to forgive others as compared to a younger age group (18-44 years). Moreover, Lawler-Row and Piferi (2006) found age differences in forgivingness in a study of adults ranging in age from 50 to 95 years, with older adults describing themselves as being more forgiving than the middle-aged adults.

As research continues to show age differences in forgivingness, it also raises questions about the psychological processes that are responsible for these differences. To date, there are a few theoretical accounts for explaining age differences in forgivingness. Most of these explanations invoke either person-related factors such as beliefs and values or context-related factors such as life events (for a review, see Allemand & Steiner, 2010). However, few studies

⁴ Eine ähnliche Version dieses Kapitels wird im „Personality and Social Psychology Bulletin“ (Steiner, Allemand & McCullough, im Druck) erscheinen.

have empirically tested potential psychological explanations for age differences in forgivingness. For example, older adults may have certain beliefs or value systems that predispose them to be more forgiving than younger adults (Romero & Mitchell, 2008). Indeed, previous research has shown that age is positively associated with religiousness (Idler, 2006), and religiousness, in turn, with forgivingness (Mullet et al., 2003). Older adults also might have different goal preferences in the social domain than younger adults, as has been suggested by socio-emotional selectivity theorists (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999). The theory assumes that the regulation of emotions receives greater priority as people age because chronological age is negatively associated with time left in life. Hence, forgivingness might become a useful resource and strategy as people pass through older adulthood (Bono & McCullough, 2004). Allemand (2008) and Cheng and Yim (2008) tested this hypothesis empirically and demonstrated that the effect of future time perspective explains, in part, age differences in forgivingness.

Another possible explanation is that older adults are exposed to a greater number of life experiences across their life including interpersonal problems and transgressions than younger adults. Consequently, they might have more knowledge and judgment about life and ways of planning, managing, and understanding life (Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 2006). The past time perspective thus might explain age differences in forgivingness as well.

Furthermore, transgression occurrences might vary across the lifespan as a consequence of being exposed to different social contexts and roles. Recently, Steiner et al. (in press a) tested this hypothesis cross-sectionally and found that older adults experience interpersonal transgressions less frequently than do younger adults, and that they also perceive the transgressions that do occur to them as less intense. Moreover, those age differences in transgression occurrences explain, in part, why older adults are more willing to forgive.

The major goal of the present investigation, therefore, was to extend previous research by clarifying the role of agreeableness and neuroticism for age differences in forgivingness.

We tested the hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. The theoretical rationale for the mediation hypothesis is based on the hierarchy of breadth of constructs such as traits (e.g., Roberts & Pomerantz, 2004) or affect (e.g., Rosenberg, 1998). Agreeableness and neuroticism are broad and global traits that can be displayed on an ongoing and steady basis across different situations (cf. Funder, 1991), whereas forgivingness is usually displayed according to the demands of specifiable situations such as interpersonal conflicts. In contrast, the tendency to forgive others is only relevant in social settings that afford it. Put differently, forgivingness is a narrower and more context-specific situational trait in contrast to the broader and more inclusive global traits agreeableness and neuroticism. Although the opportunity clearly exists for bidirectional associations among global and situational traits, in the mediation hypothesis we consider here, we assume that the direction of influence primarily follows the pattern of flow from broad traits to more context-specific traits. Therefore we investigated agreeableness and neuroticism as antecedents of forgivingness.

The hypothesis of the present investigation was motivated by two arguments. First, cross-sectional and longitudinal research suggest age differences and age-related changes in agreeableness and neuroticism across the lifespan (Allemand, Zimprich, & Hendriks, 2008; Allemand, Zimprich, & Martin, 2008; Donnellan & Lucas, 2008; Roberts, Wood, & Caspi, 2008; Srivastava, John, Gosling, & Potter, 2003; Terracciano, McCrae, Brant, & Costa, 2005). For example, in a very large cross-sectional sample of Internet users aged 10 to 65 ($N = 1,267,218$), Soto, John, Gosling, and Potter (2011) recently demonstrated that agreeableness tends to increase in adulthood, whereas neuroticism tends to decrease with age. Furthermore, in a comprehensive meta-analytic review of longitudinal studies, Roberts, Walton, and Viechtbauer (2006) found similar positive age trends for agreeableness and negative age trends for neuroticism across adulthood.

Several explanations exist for these age differences. In general, age differences in agreeableness and neuroticism can be attributable to social and/or biological factors (McCrae et al., 2000; Roberts et al., 2008). For example, the maturity principle assumes that people tend to gain on those traits that help them to adjust to adulthood (Roberts & Wood, 2006). More specifically, people tend to become socially more dominant, agreeable, conscientious, and emotionally stable with age. Higher levels of agreeableness and lower levels of neuroticism are qualities that facilitate social functioning in interpersonal relationships, social groups, and in society in general (Roberts et al., 2008). In addition, the social investment principle supposes that investing in social institutions, such as age-graded social roles, is a key mechanism for personality development (Lodi-Smith & Roberts, 2007). The idea is that social roles in different domains such as work, marriage, family, and community roles contain cultural, societal, and individuals' expectations how to behave in the roles, and that an active, psychological investment to the roles might lead to personality development in general and to greater maturity in particular.

Second, agreeableness and neuroticism are not only related to age, but also to forgivingness. Research has consistently demonstrated that these two traits are correlates of the tendency to forgive (Allemand, Job, Christen, & Keller, 2008; Ashton, Paunonen, Helmes, & Jackson, 1998; Berry, Worthington, Parrott, O'Connor, & Wade, 2001; Brown, 2003; McCullough, Bellah, Kilpatrick, & Johnson, 2001; McCullough & Hoyt, 2002). For example, using a scenario-based measure of forgivingness Berry et al. (2001) found moderate positive correlations between forgivingness and agreeableness, and moderate negative correlations between forgivingness and neuroticism. Furthermore, in a multi-sample study Berry, Worthington, O'Connor Parrott, and Wade (2005) replicated the results and even found stronger associations with agreeableness and neuroticism. In a recent meta-analysis, Fehr, Gelfand, and Nag (2010) found similar associations between forgiveness of a single transgressor by a single victim and agreeableness ($r = .22$) and neuroticism ($r = -.24$). Finally,

previous research also demonstrated predictive effects of personality traits on forgiveness. For example, Maltby et al. (2008) have demonstrated that neuroticism, and specifically anger hostility, prospectively predict forgiveness two and a half years later.

Several explanations exist for these consistent patterns of associations with forgivingness. Agreeableness represents an interpersonal personality trait that contrasts a prosocial and communal orientation toward others with antagonism. It refers to individual differences in the tendency to be altruistic, trusting, modest and warm (John, Naumann, & Soto, 2008; John & Srivastava, 1999). Individuals who score high in agreeableness tend to have less conflict in relationships than less agreeable people (Asendorpf & Wilpers, 1998). Agreeable individuals are also better able to regulate their emotions during interpersonal interactions, which facilitate smoother interpersonal encounters (Tobin, Graziano, Vanman, & Tassinary, 2000). Agreeableness is also related to interpersonal features that are helpful in interpersonal interactions such as empathy and perspective taking (Ashton et al., 1998; Mullet et al., 2005).

Neuroticism represents an intrapersonal personality trait that contrasts emotional stability and even-temperedness with negative emotionality such as feelings of anxiety, worry, anger, and depression (John et al., 2008; John & Srivastava, 1999). Individuals who score high on neuroticism tend to have a lower threshold for experiencing negative affect and they marshal more attention toward negative stimuli than do people low in neuroticism (Derryberry & Reed, 1994). Consistent with the negative association to neuroticism, forgivingness is negatively related to other intrapersonal features comprising neurotic elements, e.g., state and trait anger, anxiety, depression, negative affectivity, and rumination (McCullough et al., 2001; Mullet et al., 2005).

5.2 The Present Investigation

The present investigation, which involved the collection and analysis of two cross-sectional data sets, had two objectives: The first objective was to extend previous research on age differences in forgivingness by testing the hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. In Study 1 we used a large age-stratified, randomly selected representative sample to test this hypothesis. Such a sampling technique provides generalizability allowing for robust evidence regarding the patterns of associations between age, agreeableness, neuroticism, and forgivingness. The mediation analysis is based on the assumption that forgivingness is related to but is distinct from agreeableness and neuroticism, respectively—an assumption that, if untested, could lead to imprecise estimations of the associations. Therefore, we first aimed to demonstrate the discriminant validity of forgivingness with respect to agreeableness and neuroticism before testing the mediation hypothesis.

The second objective was to replicate and to extend the results from Study 1. In our previous cross-sectional work we have found that older adults experience transgressions less frequently and less intensely than middle-aged and younger adults. Furthermore, we have demonstrated that transgression occurrences partially explain the association between age and forgivingness (Steiner et al., in press). Therefore, in Study 2, we tested the mediation hypothesis simultaneously for agreeableness, neuroticism, and transgression occurrences as mediators to investigate the comparative validity of the different theoretical accounts. The main purpose was to explain whether agreeableness and neuroticism additionally explain the association between age and forgivingness over and above the mediating effect of transgression occurrences.

5.3 Study 1

5.3.1 Participants

Nine hundred sixty-two participants (57.3% women) ranging in age from 19 to 84 ($M = 52.4$ years, $SD = 17.7$) participated in a large-scale survey. With respect to educational attainment, 7.0% reported having a basic education as the highest level of education, 39.7% reported attending school education or equivalent, 24.4% completed a degree from a technical school, and 28.9% attended university degree. Regarding marital status, 35.3% participants were single, 45.8% were married, 12.5% were either separated or divorced, and 6.5% were widowed.

5.3.2 Sampling Procedure

The sampling procedure involved an age-stratified random selection of prospective study participants accomplished by the registration office of the city of Zurich, a city in Switzerland with about 380,000 inhabitants. Zurich is located in the German linguistic and cultural region of Switzerland. From each birth-year age group (1929 to 1989), we included 66 adults with an approximately equal ratio of men and women, resulting in 4,026 prospective German-speaking participants. To avoid problems due to lack of linguistic skills the random selection only included German-speaking persons. This sampling procedure was successfully used in previous studies (e.g., Zimprich et al., 2008).

Prospective study participants received a package consisting of a personalized letter including a description of the study and its required time commitment, information about protection of data privacy, a sociodemographic questionnaire, the study materials including several questionnaires, and a postage-paid business reply envelope for mailing the material back to the researchers. Parts of the questionnaire of the large-scale survey were items on forgivingness, agreeableness, and neuroticism. Due to protection of privacy the procedure included the deletion of all postal addresses after sending the package to prospective

participants. Consequently, we were not able to remind participants to fill out the questionnaire. In light of this fact the response rate of 24% is notable. All participants were unpaid volunteers.

To determine the degree of sample selectivity, we compared the initial sample of prospective participants ($N = 4,026$) with the final sample ($N = 962$) with respect to age and gender, as we only have information about age and gender of prospective participants. The mean age in the final sample ($M = 52.4$, $SD = 17.6$) was slightly higher than in the entire sample. In terms of effect sizes this difference is small, $d = .14$. Slightly more women (56.9%) participated in the study as compared to the sample of all prospective participants (51.3%).

5.3.3 Measures

Forgivingness. The Tendency to Forgive Scale (TTF; Brown, 2003) was used to assess individual differences in forgivingness. Example items are “I tend to get over it quickly when someone hurts my feelings,” and “When people wrong me, my approach is just to forgive and forget.” Each of the four items was followed by a 7-point Likert-type scale anchored with *strongly disagree* (1) and *strongly agree* (7). The alpha reliability estimate for the TTF was .68. Several studies provided support for the TTF being a reliable and valid instrument that also demonstrated favorable self-informant correlations. Moreover, the TTF is related to several individual and social outcomes, such as higher levels of perspective taking and positive social relations, and lower levels of depression and negative affect (Brown, 2003; Brown & Phillips, 2005; Hill & Allemand, 2010).

Agreeableness and neuroticism. The Agreeableness and Neuroticism scales from the Big Five Inventory (BFI; John, Donahue, & Kentle, 1991; Rammstedt & John, 2005) were used to assess individual differences in the two personality traits. Each item of ten agreeableness items and the eight neuroticism items was followed by a 5-point Likert-type scale with responses ranging from *disagree strongly* (1) to *agree strongly* (5). We excluded

one agreeableness item (“I see myself as someone who has a forgiving nature”) to avoid item overlap with our forgivingness measures. Alpha reliability estimates for the two scales were: Agreeableness: $\alpha = .69$, Neuroticism: $\alpha = .83$. The BFI is widely used and well validated (John et al., 2008).

5.3.4 Statistical Analyses

We used latent variable mediation analyses by means of structural equation models (SEM) to test our mediation hypothesis (cf. MacKinnon, 2008). We performed the analyses in two steps, whereby the first step reflected preliminary analyses for the meditation analyses. First, we estimated a measurement model for the latent construct forgivingness using the four items of the forgivingness measure as manifest indicators. We then examined the association between latent forgivingness and age. Next, we estimated a model with the two latent personality constructs agreeableness and neuroticism and also examined the association with age. For the two personality traits we used three parcels as manifest indicators per trait rather than single items. Parcels were built by averaging several items according to the item-to-construct balance technique (Little, Cunningham, Shahar, & Widaman, 2002, p. 166). To demonstrate that forgivingness is related to but is distinct from agreeableness and neuroticism, respectively, we compared two-factor models with single-factor models. For example, if forgivingness is distinct from the two constructs, then it should be necessary to specify two unique but correlated factors to account for the covariances among the indicators of the forgivingness measure and any of the other scales. In such a case, a two-factor model specifying that the indicators loaded on distinct but correlated latent variables would fit better than a single-factor model comprising of all indicators. Eventually, we estimated a measurement model that includes all three latent constructs. This model exhibits the starting point for the subsequent mediation analyses.

Second, to test the mediation hypothesis we set up a structural mediation model consisting of one independent manifest variable (*age*), two latent variable mediators (*agreeableness* and *neuroticism*), and one latent outcome variable (*forgivingness*). In this type of mediation model, there are five direct effects: $\text{age} \rightarrow \text{forgivingness}$, $\text{age} \rightarrow \text{agreeableness}$, $\text{agreeableness} \rightarrow \text{forgivingness}$, $\text{age} \rightarrow \text{neuroticism}$, and $\text{neuroticism} \rightarrow \text{forgivingness}$; two specific indirect (mediating) effects: $\text{age} \rightarrow \text{agreeableness} \rightarrow \text{forgivingness}$, $\text{age} \rightarrow \text{neuroticism} \rightarrow \text{forgivingness}$; and a total effect and a total indirect effect. All direct effects were tested by means of the z -statistic. The indirect effects were tested using bootstrapping (Preacher & Hayes, 2008). Simulation research has shown that bootstrapping is one of the more valid and powerful methods for testing indirect effects as it has relatively high power while also maintaining reasonable control over the Type I error rate (MacKinnon, Lockwood, Hoffman, West, & Sheets, 2002; Williams & MacKinnon, 2008). Tests of indirect effects were performed using 5,000 bootstrapped samples and we report asymmetric percentile bootstrap 95% confidence intervals (CI). An effect is statistically significant if its confidence interval does not include zero. Because previous studies have reported gender effects in forgivingness (Miller, Worthington, & McDaniel, 2008; but see Fehr et al., 2010) we controlled for gender in all mediation analyses.

All analyses were performed using maximum likelihood estimation in Mplus version 3.0. To assess goodness of fit of the models, we examined the chi-square (χ^2), comparative fit index (CFI), standardized root-mean-square residual (SRMR), and root mean square error of approximation (RMSEA) statistics. Hu and Bentler (1998) noted that SRMR is less sensitive to distribution and sample size, and recommended its use in combination with CFI when using maximum-likelihood (ML) estimation. CFI values greater than .95, SRMR values less than .05, and RMSEA values less than .06 are typically considered to indicate that a SEM model is adequately parameterized, although values as low as .90 and as high as .10, respectively, are

acceptable (Browne & Cudeck, 1993; Hu & Bentler, 1998). Model comparisons were performed using nested chi-square ($\Delta\chi^2$) tests.

5.4 Results and Discussion

5.4.1 Preliminary Analyses

Means, standard deviations, and correlations among study variables appear in Table 7. First, we estimated a series of preliminary measurement models as specified in the statistical analyses section. Each model was identified by the marker variable method. In this case, the loading and intercept of one of the indicators of the three latent constructs are fixed to be one and zero, respectively. The measurement model for forgiveness did not achieve an acceptable fit, $\chi^2(2) = 44.49$, $p < .01$, CFI = .930, SRMR = .048, RMSEA = .150. The χ^2 -value, however, is almost always significant in large samples. Inspection of the modification indices indicated a large residual covariance between the two reverse coded items 2 and 3.

Table 7

Means, Standard Deviations, and Correlations Between Study Variables in Study 1

Variable	1	2	3	4
1. Age	—			
2. Forgivingness	.22*	—		
3. Agreeableness	.15*	.36*	—	
4. Neuroticism	-.09*	-.40*	-.34*	—
Possible range	19-84	1-7	1-5	1-5
<i>M</i>	52.40	3.82	3.64	2.64
<i>SD</i>	17.65	1.13	0.47	0.68

Note. $N = 962$. * $p < .01$.

Thus, the residual covariance between the two items was freely estimated. Doing so improved the model fit considerably, $\chi^2(1) = 0.60$, $p = .44$, CFI = 1.000, SRMR = .005, RMSEA = .000. We therefore decided that this forgivingness model adequately describes the data. Age was positively related with latent forgivingness, $\beta = .27$, $p < .01$. This finding is consistent with previous research and implies that participants become more willing to forgive others with increasing age. We also tested for a curvilinear relationship between age and forgivingness. Age-squared was virtually unrelated to forgivingness, $\beta = .04$. We then estimated a measurement model comprising of the two personality trait latent constructs. The model showed an acceptable fit, $\chi^2(8) = 31.57$, $p < .01$, CFI = .988, SRMR = .034, RMSEA = .055. The agreeableness and neuroticism latent factors were correlated at $r = -.28$, $p < .01$. Adding age to the model evidenced significant but small age associations with the traits, $\beta = .11$, $p < .01$ (agreeableness) and $\beta = -.10$, $p < .01$ (neuroticism).

Next, we examined the discriminant validity of forgivingness with respect to agreeableness and neuroticism, respectively. A single-factor model for describing the relations among the forgivingness and agreeableness indicators did not fit the data well, $\chi^2(13) = 390.19$, $p < .01$, CFI = .700, SRMR = .111, RMSEA = .175. The two-factor model with forgivingness and agreeableness as distinct factors fit the data better, $\chi^2(12) = 40.24$, $p < .01$, CFI = .978, SRMR = .031, RMSEA = .050. Note that in both models the residual covariance between the items 2 and 3 of the forgivingness measure was freely estimated. The change in difference between the two models was statistically significant, $\Delta\chi^2(1) = 349.95$, $p < .01$, revealing the two-factor model to be an improvement in fit over the single-factor model. Next, a single-factor model combining forgivingness and neuroticism indicators was a poor fit to the data, $\chi^2(13) = 367.89$, $p < .01$, CFI = .825, SRMR = .106, RMSEA = .170. The two-factor model with separate factors for forgivingness and neuroticism appeared more adequate, $\chi^2(12) = 59.57$, $p < .01$, CFI = .977, SRMR = .045, RMSEA = .065, $\Delta\chi^2(1) = 308.32$, $p < .01$.

Again, the residual covariance between the items 2 and 3 of the forgivingness measure was freely estimated in both models.

Eventually, we estimated a measurement model with the three latent constructs forgivingness, agreeableness, and neuroticism. Again, the residual covariance between the items 2 and 3 of the forgivingness measure was freely estimated. This model demonstrated an acceptable fit, $\chi^2(31) = 127.04$, $p < .01$, CFI = .965, SRMR = .044, RMSEA = .057. We therefore decided that this model adequately describes the data and exhibits the basic model for the mediation analyses. The correlations between the latent factors were: forgivingness and agreeableness, $r = .38$, $p < .01$, forgivingness and neuroticism, $r = -.48$, $p < .01$, and neuroticism and agreeableness, $r = -.34$, $p < .01$.

5.4.2 Test of the Mediation Hypothesis

After these preliminary analyses we examined whether the association between age and forgivingness is partially mediated by agreeableness and neuroticism. Thus, we set up a latent variable mediation model as specified in the statistical analyses section. Again, a residual covariance between the forgivingness items 2 and 3 was freely estimated. Due to the fact that the two mediators were interrelated a residual covariance was freely estimated. Moreover, we controlled for gender effects. The model demonstrated an acceptable fit, $\chi^2(45) = 173.32$, $p < .01$, CFI = .955, SRMR = .042, RMSEA = .055. The residual correlation between agreeableness and neuroticism was $r = -.35$, $p < .01$. The unstandardized and standardized estimates for direct, indirect and total effects, as well as the 95% bootstrap confidence intervals for all effects appear in Table 8. All direct effects were substantial, standardized estimates $> .10$, and significant, $p < .01$; except for the path from age \rightarrow neuroticism, standardized estimate = $-.08$, $p < .05$. An examination of the indirect effect supports our hypothesis that the effect of age on forgivingness is partially mediated by agreeableness and neuroticism. The total indirect effect was statistically significant, standardized estimate = .06,

Table 8

Test of Mediation Predicting Forgivingness from Age, With Agreeableness and Neuroticism as Mediators, and Controlled for Gender

Effects	Unstandardized estimate	S.E.	95% CI	Standardized estimate
Direct effects			Unstandardized estimates	
Age → forgivingness	0.012	0.002	0.008; 0.017	0.195**
Age → agreeableness	0.011	0.003	0.005; 0.017	0.151**
Age → neuroticism	−0.008	0.004	−0.016; 0.000	−0.076*
Agreeableness → forgivingness	0.194	0.048	0.103; 0.291	0.228**
Neuroticism → forgivingness	−0.224	0.035	−0.291; −0.156	−0.380**
Specific indirect effects			Standardized estimates ^a	
Age → agreeableness → forgivingness	0.002	0.001	0.013; 0.062	0.034**
Age → neuroticism → forgivingness	0.002	0.001	0.002; 0.058	0.029*
Total effects				
Total: Age → forgivingness	0.016	0.002	0.183; 0.332	0.258**
Total indirect: Age → forgivingness	0.004	0.001	0.022; 0.105	0.063**

Notes. $N = 962$; asymmetric percentile 95% confidence intervals (CI) were estimated for all effects using 5,000 bootstrap samples; ^aan effect is statistically significant if its confidence interval does not include zero; * $p < .05$, ** $p < .01$.

$p < .01$, although the specific indirect effect via agreeableness appeared to be stronger than the indirect effect via neuroticism (see Table 8 and Figure 3). We also reran the mediation models separately for each of the two personality traits. Although the estimates, on average, became somewhat stronger, these additional analyses did not lead to different results.

To summarize, the results from Study 1 showed that forgivingness is related to but distinct from agreeableness and neuroticism, respectively. Moreover, the present results support our hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. Study 2 sought to replicate and extend these findings by adding an alternative explanation for age differences in forgivingness, namely transgression occurrences (Steiner et al., in press a).

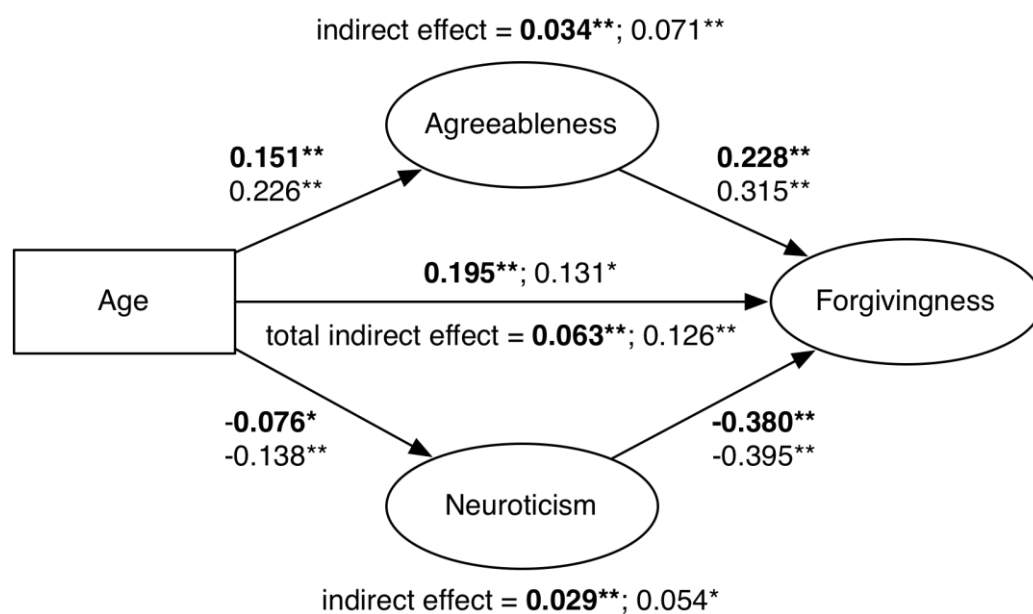


Figure 3. The mediation model includes age as manifest independent variable, agreeableness and neuroticism as latent mediator variables, and forgivingness as latent outcome variable. The standardized estimates from Study 1 (in **bold**) and Study 2 are shown in this figure. The manifest indicators of the latent variables are not depicted. * $p < .05$, ** $p < .01$.

5.5 Study 2

5.5.1 Participants and Procedure

Four hundred and fifty-one participants (56.7% women) ranging in age from 20 to 83 ($M = 52.3$ years, $SD = 16.9$) participated in a large-scale survey. There was a broad range in educational attainment. Of the participants, 7.8% reported having a basic education (i.e., primary and secondary school) as the highest level of education, 44.5% had a high school education or equivalent (e.g., vocational school), 24.9% completed a degree from a technical school, and 22.7% completing a university degree. Regarding marital status, 32.4% participants were single, 48.2% were married, 12.3% were either separated or divorced, and 7.1% were widowed.

We used the same sampling procedure including an age-stratified random selection of prospective study participants accomplished by the registration office of the city of Zurich as described for Study 1. From each birth-year age group (1927 to 1987) we included 30 adults with an approximately equal ratio of men and women, resulting in 1,800 prospective participants. The response rate was 25%, and thus similar to the response rate in Study 1. All participants were unpaid volunteers.

To determine the degree of sample selectivity, we compared the initial sample of prospective participants ($N = 1,800$) with the final sample ($N = 451$) with respect to age and gender, as we only have information regarding age and gender of the prospective participants. The mean age in the final sample ($M = 52.3$, $SD = 16.9$) was slightly higher than in the entire sample ($M = 50.6$, $SD = 17.0$). However, in terms of effect sizes this difference is small, $d = .10$. The gender distribution in the entire sample was 53.0% women, and only a slightly higher proportion of females participated in the study (56.7%).

5.5.2 Measures

The same forgivingness and personality trait measures from Study 1 were used. The alpha reliability estimates for the scales were: TTF: $\alpha = .71$, Agreeableness: $\alpha = .67$, Neuroticism: $\alpha = .82$.

Additional potential mediator. The Transgression Occurrences Measure (TOM; McCullough, Emmons, Kilpatrick, & Mooney, 2003) was used to assess the frequency and intensity of a variety of interpersonal transgressions. Participants indicated how frequently different transgressions have occurred to them in their relationships with other people in the past 12 months using a 4-point Likert type scale ranging from *never* (0) to *often* (3). Approximately half of the transgressions were “sins of commission” that would be relatively unambiguous and thus highly visible to a third party (e.g., degraded you in public, damaged something that belonged to you), and approximately half were “sins of omission” (e.g., failed to appreciate you adequately, took advantage of you). Participants also rated the perceived intensity of the experienced transgressions using a 4-point Likert-type scale ranged from *not at all* (0) to *very extremely* (3). The alpha reliability estimates for the frequency and intensity subscales were .90 and .92, respectively (for more information regarding the TOM, see McCullough et al., 2003; Steiner et al., in press a).

5.6 Results and Discussion

5.6.1 Test of the Mediation Hypothesis

Means, standard deviations, and correlations between study variables appear in Table 9. First, the analyses started with a measurement model comprising the three latent constructs: forgivingness, agreeableness, and neuroticism. The residual covariance between the forgivingness items 2 and 3 was freely estimated (see results section Study 1). This model demonstrated an acceptable fit, $\chi^2(31) = 107.14$, $p < .01$, CFI = .937, SRMR = .059, RMSEA = .075. Following the modification indices, additionally the residual covariance between the

two other forgivingness items 1 and 4 was freely estimated. This resulted in a better model fit, $\chi^2(30) = 96.78, p < .01$, CFI = .945, SRMR = .054, RMSEA = .072. We thus decided that this model adequately described the data. The correlations between the latent factors were: forgivingness and agreeableness, $r = .41, p < .01$, forgivingness and neuroticism, $r = -.48, p < .01$, and neuroticism and agreeableness, $r = -.22, p < .01$. Adding age to the model evidenced significant age associations with the latent trait factors, $\beta = .27, p < .01$ (forgivingness), $\beta = .20, p < .01$ (agreeableness) and $\beta = -.15, p < .01$ (neuroticism).

Table 9

Means, Standard Deviations, and Correlations Between Study Variables in Study 2

Variable	1	2	3	4	5	6
1. Age	—					
2. Forgivingness	.22**	—				
3. Agreeableness	.24**	.25*	—			
4. Neuroticism	-.10*	-.38**	-.27*	—		
5. Transgression frequency	-.19**	-.20**	-.19**	-.36**	—	
6. Transgression intensity	-.30**	-.25*	-.18**	-.33**	-.76**	—
Possible range	20-83	1-7	1-5	1-5	0-3	0-3
<i>M</i>	52.26	3.94	3.68	2.75	0.62	0.77
<i>SD</i>	16.88	1.17	0.47	0.67	0.42	0.55

Note. $N = 451$. * $p < .05$, ** $p < .01$.

Second, to replicate the results from Study 1 we set up the similar structural mediation model with agreeableness and neuroticism as mediators. Again, a residual covariance between the forgivingness items 2 and 3 and 1 and 4, respectively, was freely estimated. Due to the

fact that the two mediators were interrelated a residual covariance was freely estimated. Moreover, we controlled for gender effects. The model demonstrated an acceptable fit, $\chi^2(44) = 121.09, p < .01$, CFI = .940, SRMR = .051, RMSEA = .064. The residual correlation between agreeableness and neuroticism was $r = -.21, p < .01$. The unstandardized and standardized estimates for direct, indirect and total effects, as well as the 95% bootstrap confidence intervals for all effects are presented in Table 10. The present results replicated the findings from Study 1 showing that the effect of age on forgivingness is partially mediated by agreeableness and neuroticism. The total indirect effect was statistically significant, standardized estimate = .13, $p < .01$. As in Study 1, the specific indirect effect via agreeableness seems to be slightly stronger than via neuroticism (see Table 10 and Figure 3).

5.6.2 Extension of the Multi-Mediator Model

To extend the present results we added the latent mediator transgression occurrences to our multi-mediator model. The aim was to simultaneously investigate agreeableness, neuroticism and transgression occurrences for the association between age and forgivingness. The additional latent mediator consisted of the two manifest indicators transgression frequency and perceived transgression intensity. Moreover, the residual correlations among the three mediators were freely estimated. The model fit was $\chi^2(62) = 178.44, p < .01$, CFI = .935, SRMR = .051, RMSEA = .066. The residual correlations were: agreeableness and neuroticism, $r = -.21, p < .01$, transgression occurrences and agreeableness, $r = -.10, p < .10$, transgression occurrences and neuroticism, $r = .39, p < .01$. The unstandardized and standardized estimates and the 95% bootstrap confidence intervals for all effects are presented in Table 11. Adding the latent mediator transgression occurrences to the mediation model reduced the direct effect from age to forgivingness, standardized estimate = .11, $p < .07$. The results of the specific indirect effects support the mediating hypothesis for agreeableness and neuroticism. However, transgression occurrences failed to be a significant mediator when

Table 10

Test of Mediation Predicting Forgivingness from Age, With Agreeableness and Neuroticism as Mediators, and Controlled for Gender

Effects	Unstandardized estimate	S.E.	95% CI	Standardized estimate
Direct effects			Unstandardized estimates	
Age → forgivingness	0.008	0.004	0.001; 0.016	0.131*
Age → agreeableness	0.018	0.005	0.009; 0.028	0.226**
Age → neuroticism	−0.015	0.006	−0.027; −0.004	−0.138**
Agreeableness → forgivingness	0.250	0.070	0.105; 0.383	0.315**
Neuroticism → forgivingness	−0.225	0.047	−0.316; −0.128	0.395**
Specific indirect effects			Standardized estimates ^a	
Age → agreeableness → forgivingness	0.005	0.002	0.024; 0.129	0.071**
Age → neuroticism → forgivingness	0.003	0.002	0.012; 0.105	0.054*
Total effects				
Total: Age → forgivingness	0.016	0.004	0.139; 0.369	0.257**
Total indirect: Age → forgivingness	0.008	0.002	0.062; 0.195	0.126**

Notes. $N = 451$; asymmetric percentile 95% confidence intervals (CI) were estimated for all effects using 5,000 bootstrap samples; ^a an effect is statistically significant if its confidence interval does not include zero; * $p < .05$, ** $p < .01$.

Table 11

Test of Mediation Predicting Forgivingness From Age, With Agreeableness, Neuroticism, and Transgression Occurrences as Mediators, and Controlled for Gender

Effects	Unstandardized estimate	S.E.	95% CI	Standardized estimate
Direct effects			Unstandardized estimates	
Age → forgivingness	0.007	0.004	0.000; 0.014	0.111 [#]
Age → agreeableness	0.018	0.005	0.009; 0.028	0.226**
Age → neuroticism	-0.015	0.006	-0.027; -0.004	-0.137**
Age → transgression occurrences	-0.006	0.001	-0.008; -0.004	-0.279**
Agreeableness → forgivingness	0.245	0.072	0.094; 0.383	0.308**
Neuroticism → forgivingness	-0.207	0.046	-0.296; -0.117	-0.365**
Transgression occurrences → forgivingness	-0.283	0.253	-0.800; 0.202	-0.092
Specific indirect effects			Standardized estimates ^a	
Age → agreeableness → forgivingness	0.004	0.002	0.023; 0.128	0.070**
Age → neuroticism → forgivingness	0.003	0.002	0.011; 0.099	0.050*
Age → transgression occurrences → forgivingness	0.002	0.001	-0.018; 0.074	0.026

Total effects

Total: Age → forgivingness	0.016	0.004	0.138; 0.369	0.256**
Total indirect: Age → forgivingness	0.009	0.002	0.073; 0.220	0.145**

Notes. $N = 451$; asymmetric percentile 95% confidence intervals (CI) were estimated for all effects using 5,000 bootstrap samples; ^a an effect is statistically

significant if its confidence interval does not include zero; [#] $p < .07$, $*p < .05$, $**p < .01$.

agreeableness and neuroticism are simultaneously taken into account. The total indirect effect was statistically significant, standardized estimate = .15, $p < .01$ (see Figure 4).

To summarize, the results from Study 2 replicated the findings from Study 1 and thus support our hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. Adding transgression occurrences as an additional mediator into the model did not substantially change the results. The present findings add to the literature by showing that agreeableness and neuroticism explain the association between age and forgivingness over and above the mediating effect of transgression occurrences. Conversely, transgression occurrences did not appear to mediate the relationship of age with forgivingness when agreeableness and neuroticism were simultaneously taken into account.

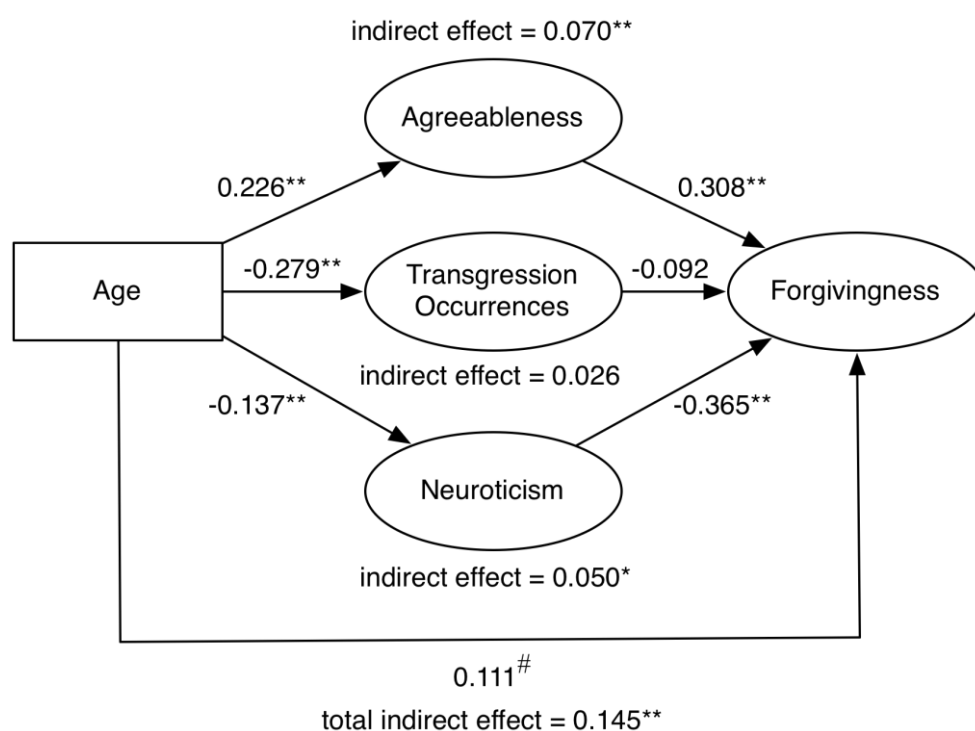


Figure 4. The mediation model includes age as manifest independent variable, agreeableness, neuroticism, and transgression occurrences as latent mediator variables, and forgivingness as latent outcome variable. The standardized estimates are shown in this figure. The manifest indicators of the latent variables are not depicted. $^{\#}p < .07$, $^{*}p < .05$, $^{**}p < .01$.

5.7 Discussion

The objective of the present investigation was to clarify the role of age-related differences in agreeableness and neuroticism as the cause of cross-sectional age differences in forgivingness. We tested the hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. The results from two studies supported our hypothesis. Four results stand out. First, in line with theory and previous research (Allemand, 2008; Mullet et al., 1998; Toussaint et al., 2001; Steiner et al., in press a), we found age differences in forgivingness, showing that older adults tended to be more forgiving than middle-aged and younger adults. In both studies, the correlations between age and forgivingness were similar or even larger in magnitude as compared to correlations between age and the Big Five personality traits (cf. Roberts et al., 2008). It is important to note that we modeled the associations between age and the constructs of interest on the latent level by means of SEM, that is, estimates were uncontaminated by measurement error, and thus reflect precise estimations of the associations.

Second, in line with previous research on age differences and age-related changes in personality traits across the lifespan (Allemand, Zimprich, & Martin, 2008; Donnellan & Lucas, 2008; Roberts et al., 2006; Soto et al., 2011) we found significant age differences for agreeableness and neuroticism, implying that older adults tended to be more agreeable and less neurotic than middle-aged and older adults. Likewise, we found significant associations between the two personality traits and the tendency to forgive, indicating that agreeable and emotional stable people tended to be more willing to forgive others than less agreeable and neurotic people (Berry et al., 2005; Brown, 2003; Fehr et al., 2010). The results are consistent with research showing that individuals who score high in agreeableness demonstrate less negative responses to transgressions and are more empathic than less agreeable individuals (McCullough & Hoyt, 2002). Agreeable people also tend to use more cooperative and

integrative problem solving strategies, whereas less agreeable people often chose power assertions or disengagement in interpersonal conflict situations (Graziano, Jensen-Campbell, & Hair, 1996). The results are also consistent with research showing that neuroticism influences people in stressful situations and often leads to ineffective coping efforts (Bolger, 1990). Individuals who score high in neuroticism demonstrate more negative emotional reactions and have a stronger tendency to ruminate over negative life events in stressful situations (Allemand, Job et al., 2008; McCullough & Hoyt, 2002). Likewise, individual differences in dispositional anger and rumination inhibit the tendency to forgive others (Berry et al., 2005; McCullough et al., 2001). Although in the present investigation forgivingness, agreeableness and neuroticism, respectively, shared considerable amounts of common variance, our analyses have demonstrated that those constructs are related but clearly distinct.

Third, in support of our hypothesis, we found that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. Older adults were, on average, more willing to forgive others than middle-aged and younger adults because they were also more agreeable and less neurotic. Due to the dispositional character of forgivingness the present results might be discussed in light of some principles of personality trait development. For example, the maturity principle assumes that people become more emotional stable, agreeable, self-controlled, and responsible with age as a consequence of maturity (Roberts & Wood, 2006). The social investment principle (e.g., Lodi-Smith & Roberts, 2007) supposes that personality trait development is largely the result of experiences of age-graded social roles. These social roles include a set of expectations from the society and the self that promote being more agreeable, conscientious, and less neurotic. Alternative explanations refer to more context-related issues. For example, across the entire lifespan people are confronted with different life experiences including interpersonal conflicts and transgressions and have to learn to deal with (cf. Baltes et al., 2006). As a consequence of increasing life experience and expertise, individuals may become more experienced,

confident, and emotional stable, which might increase the tendency to forgive. It is also possible that older adults are treated differently and more kindly by others than middle-aged and younger adults (Fingerman & Pitzer, 2007).

Fourth, in the present investigation we also tested the mediating role of agreeableness and neuroticism independently of individual differences in self-reported transgression occurrences. Recently, Steiner et al. (in press a) demonstrated that older adults experienced fewer transgressions and perceived transgressions as less intense as compared to younger adults. Here, we found that transgression occurrences partially explained age differences in forgivingness, but we also found that agreeableness and neuroticism partially explained the association between age and forgivingness over and above the effect of transgression occurrences. Put differently, we provided empirical evidence that agreeableness and neuroticism accounted for greater variance in age differences in dispositional forgivingness than frequency and intensity of transgression occurrences. It is possible that the opposite is true for age differences in forgiveness of a single transgressor by a single victim. Future studies should test this idea.

Some limitations of the present investigation have to be noted. First, the cross-sectional nature of the studies demands caution in the interpretation of the data. It is not clear whether the findings truly represent a developmental process or whether they simply reflect a cohort effect. However, the comparison of findings from cross-sectional and longitudinal studies can provide insight. As previously noted, our results with respect to age differences in agreeableness and neuroticism are comparable to the findings of previous cross-sectional (Donnellan & Lucas, 2008; Soto et al., 2011) and longitudinal studies (Roberts et al., 2006; Terracciano et al., 2005). Also, similar age differences were found with respect to agreeableness and neuroticism in a variety of cultures (McCrae et al., 1999). However, longitudinal studies are specifically needed to confirm that age differences in forgivingness are a result of developmental trends. Moreover, although it is not possible to draw conclusions

about the direction of the effects given the cross-sectional nature of this investigation, based on our theoretical rationale it seems plausible that the two global traits agreeableness and neuroticism can be seen as antecedents of the situational trait forgivingness. Indeed, studies have shown that personality traits predict forgiveness (e.g., Maltby et al., 2008). However, future longitudinal studies with the focus on explaining adult personality development may test the alternative hypothesis that forgiveness as a complex process of change (McCullough, Luna, Berry, Tabak, & Bono, 2010) is related to individual differences in change in agreeableness and emotional stability.

Second, findings were based on self-reports. This method leaves open the possibility that participants responded on the basis of their ideas about what would be socially desirable, as opposed to what they would actually do. Future studies should use an experimental setting with observer reports and behavioral measures as well. However, research has demonstrated that self-report measures of the tendency to forgive predict actual behavior. For example, Thompson et al. (2005) demonstrated that individuals who score high in forgivingness preferred to listen longer to forgiving statements and recalled them better. Another limitation refers to the assessment of transgression frequency and intensity based on retrospective self-reports. It is possible that age differences in transgression occurrences might be driven by perceptual changes or by memory effects. For examples, research on memory for positive, neutral, and negative stimuli has shown that older adults remember the stimuli as less negative and sometimes even as more positive than younger adults (Charles & Carstensen, 2010). Moreover, it is possible that individuals with high levels in forgivingness show differential perceptual and memory effects as compared to people with low levels in forgivingness. Future experimental research should take possible perceptual and memory effects into account. Another possibility is to use daily diary data to assess transgression occurrences.

To conclude, very few studies have empirically tested potential explications for age differences in forgivingness. The present study was designed to clarify the role of

agreeableness and neuroticism as explanatory accounts. We selected two of the most consistent dispositional correlates of forgivingness and conducted two studies with large and representative samples of adults with a broad age range. We found empirical evidence for our hypothesis that agreeableness and neuroticism partially mediate the association between age and forgivingness. Put differently, older adults are more willing to forgive others, partly because they are more agreeable and less neurotic than younger adults. A forgiving personality facilitates maintaining and restoring social relationships across the lifespan into old age. The present findings are important, because they clearly point to positive aspects of aging. Aging is not only a matter of losses, but also of gains, both for the individual and for his/her social relationships. The present findings are also important from an applied perspective and have practical implication for forgiveness interventions with different age groups such as younger versus older adults. Elsewhere we argued that explicitly taking age-specific issues such as age differences or age-related changes in agreeableness, neuroticism and others individual differences into account in interventions might strengthen the benefits of interventions that help people to deal with interpersonal conflicts and transgressions (Allemand & Steiner, in press).

6. Development and initial validation of a forgiveness intervention for older adults⁵

6.1 Introduction

He was born a few days after the death of his older brother. His parents, especially his mother, were still shocked and in a deep grief, and not able to welcome the new baby. The relationship between the youngest family member and the parents did not have a good start and remained difficult. The boy did not get the parental love he craved for.

Nowadays, he is a man aged 71, looking back on his life, wishing to let go negative feelings and to forgive. He is one of seventy-eight older adults participating in the present forgiveness intervention. All of them had an unresolved transgression and were motivated to learn strategies that may help to forgive. The aim of this paper is to report the development of a forgiveness intervention with older adults and results of an initial evaluation.

6.1.1 Forgiveness Interventions

Previous studies revealed that forgiveness is beneficial for individuals' psychological and social well-being (Bono, McCullough, & Root, 2008; Hill & Allemand, 2010, in press; Krause & Ellison, 2003) and helps to maintain positive relationships (Fenell, 1993; McCullough et al., 1998). Therefore, several interventions were developed to promote forgiveness. Previous intervention studies included samples of college students with a lack of love from parents (Al-Mabuk, Enright & Cardis, 1995), parents of adolescent suicide victims (Al-Mabuk & Downs, 1996), male romantic partners having to cope with childabortion (Coyle & Enright, 1997), female incest survivors (Freedman & Enright, 1996), and patients suffering from diverse mental health problems (Enright & Fitzgibbons, 2000; Freedman,

⁵ Eine ähnliche Version dieses Kapitels ist zur Veröffentlichung eingereicht (Steiner & Allemand, eingereicht).

Enright, & Knutson, 2005). The primary objective of these clinically oriented interventions was to enhance forgiveness and to reduce transgression-related negative states such as anxiety, anger, grief, and depression. Other interventions were developed for college women who had been wronged in a romantic relationship (Rye & Pargament, 2002), for adults with varied types of offense (Harris et al., 2006; McCullough, Worthington, & Rachal, 1997), and for couple and family contexts (Di Blasio, Worthington, & Jennings, 2010; Gordon, Baucom, & Snyder, 2005; Rye et al., 2005). The objective of these interventions was to enhance forgiveness in general. While previous interventions differ in some respects (e.g, theoretical conceptualization, target groups, individual versus group settings), it appears that these interventions are effective for the individuals' psychological and social well-being. For example, meta-analytic work suggests that forgiveness interventions appear to promote forgiveness more than general treatments and it demonstrates that samples who received forgiveness interventions forgave more, and reported better well-being such as increasing positive affect and self-esteem, and decreasing negative affect (Baskin & Enright, 2004; Lundahl, Taylor, Stevenson, & Roberts, 2008; Wade, Worthington, & Meyer, 2005).

Although several forgiveness interventions exist, it is worth noting that to date only two intervention studies have been conducted with older adults (Hebl & Enright, 1993; Ingersoll-Dayton, Campbell, & Ha, 2009). Both interventions based on a therapeutic model of forgiveness (cf. Freedman et al., 2005). The main aim of the first intervention study was to help older women to forgive a considerable psychological hurt (Hebl & Enright, 1993). Twenty-four elderly women with a mean age of 74.5 years participated either in the forgiveness condition or the control condition over eight weeks. Results demonstrated that participants in the forgiveness condition showed significantly higher forgiveness than the control group. In both groups, depression and trait anxiety decreased significantly. The main aim of the second intervention was to examine the applicability of the therapeutic model of forgiveness to social work intervention with older adults (Ingersoll-Dayton et al., 2009). A

small sample of 20 older adults aged between 58 and 82 participated in two different forgiveness groups including eight sessions with a four-month follow-up session. The main results indicated that participants experienced long-term improvement with respect to forgiveness and depression and short-term improvement of physical health. It should be noted that the first intervention study only included female participants, whereas the second study used a design without a control group and both studies had relatively small sample sizes. Finally, both intervention studies did not include age-specific components in their studies. The aim of the present study was to fill this gap and to explicitly consider age-specific goals and motivations in developing and conducting an intervention for older adults.

6.1.2 Forgiveness in Old Age

There are several reasons why it is important to develop interventions for older adults. First, forgiveness might be subject to developmental changes across the lifespan similar to other emotional and cognitive processes. For example, the lifespan development perspective defines development as a lifelong process with gains and losses and pronounced intraindividual differences in developmental processes (Baltes, Lindenberger, & Staudinger, 2006). Adopting this theoretical view to forgiveness would imply that forgiveness changes across the lifespan (Allemand & Steiner, in press). Indeed, several studies demonstrated age-related differences in forgiveness with older adults being more willing to forgive than younger adults (e.g., Allemand & Steiner, 2010; Mullet & Girard, 2000). Moreover, older adults might have more knowledge and judgment about life and ways of planning, managing, and understanding life (Baltes et al., 2006) and thus may be more experienced in dealing with interpersonal conflicts. This may enhance their motivation to forgive.

Second, forgiveness might have a different significance in old age. The socio-emotional selectivity theory assumes emotional and motivational changes across the lifespan as a result of perceived future time (Carstensen, Isaacowitz, & Charles, 1999; Carstensen,

Mikels, & Mather, 2006). That is, when individuals view their future as constrained or limited, as it typically is in later life, emotional experiences assume primacy. They attempt to maintain emotional well-being and to keep close relationships while distancing from peripheral social partners. Furthermore, research has shown that older adults engage in strategies that optimize positive social experiences and minimize negative ones (Luong, Charles, & Fingerman, 2011). Thus forgiveness might be a useful resource and strategy in this respect (Bono & McCullough, 2004).

Third, forgiveness might be helpful in reviewing “negative parts” of the life story. The narrative perspective to personality suggests that people construe their own lives as ongoing stories and that these life stories help to shape behavior, establish identity, and integrate individuals into social life (McAdams, 2008). The subjective reconstruction of the own life story is a basic factor for psychological well-being and functioning of a person (McAdams, 1996). For example, McAdams, Reynolds, Lewis, Patten, and Bowman (2001) demonstrated that a transformation of bad events into good outcomes in life stories is positively associated with life satisfaction, self-esteem, and negatively associated with depression. As people age they may experience an intensified need to construct a coherent and meaningful life story. For example, previous research revealed that terminally ill patients are more willing to talk about unresolved psychosocial matters, such as conflicts in the family, even if they had avoided such discussions earlier in their lives (Baker, 2005). From a narrative perspective, forgiveness may thus represent the narrative reconstruction and storied understanding of past transgression episodes.

Fourth, forgiveness might be helpful in mastering challenges that are associated with the last stage of life. For example, Erikson’s theory of psychosocial development assumes eight developmental stages from infancy to late adulthood (Erikson, 1959). In each stage persons have to master new challenges. The last stage in Erikson’s model is thought to begin at the age of 65, respectively with retirement. According to Erikson, retrospection on the own

life and the acceptance of death are the main challenges in this stage. From this perspective, forgiveness may serve to enhance older adults' contentment with their life, and facilitate the acceptance of death.

Finally, forgiveness might reflect an adaptive control strategy to maintain social and emotional well-being in old age. For example, Heckhausen, Wrosch, and Schulz (2010) suggest that older adults tend to use self-protective secondary control strategies such as positive reappraisal, whereas younger adults may prefer primary control strategies that are directed at attaining personal goals and overcoming obstacles. Similarly, Brandtstädter and Renner (1990) suggest that the use of accommodative strategies ("changing the self") may increase in old age, whereas assimilative strategies of coping ("changing the world") tend to decrease. Forgiveness generally refers to changes in one's negative emotions, cognitions, and behaviors towards other people (McCullough, Fincham, & Tsang, 2003). Hence, forgiveness may be seen as a secondary control strategy and accommodative strategy, respectively, to maintain well-being of older adults and to restore close relationships.

To conclude, based on the arguments above we assume that older adults have a more pronounced need to clarify and integrate past interpersonal experiences in a congruent manner into the life story, and are motivated to maintain emotional meaningful close relationships. Forgiveness interventions with a focus on old age should thus include specific needs of this life stage and utilize the knowledge and life experiences of older adults, while giving support to clarify and deal with unresolved transgressions.

6.1.3 Conceptual Issues of the Forgiveness Intervention

To develop the current intervention we borrowed from different existing interventions and added two age-specific components. Wade and Worthington (2005) reviewed the specific contents of previous forgiveness interventions and they found six common themes across the interventions: First, defining forgiveness, or describing explicitly what forgiveness is, appears

to be a prominent element of forgiveness interventions. Second, recalling the hurt is intended to assist participants in remembering the transgression within a supportive, healing intervention environment. Third, building empathy or helping participants to feel, to understand and to relate to the experiences of their transgressors is an important part in many interventions. Fourth, helping participants to acknowledge their own past by remembering and recalling specific instances when they have been in the role of the transgressor is a paradoxical, but relevant component of interventions. Fifth, another important component appears to be encouraging a commitment to forgive the transgressor. Sixth, some interventions include strategies used to help participants to overcome unforgiveness such as helping participants to control their anger, desires for revenge and avoidance, and rumination. Those strategies are primarily intended to reduce unforgiveness and not necessarily the promotion of forgiveness (for a detailed discussion, see Wade & Worthington, 2005).

The six components differ in their foci. Some of the components include active learning strategies to cope with a specific transgression experience such as emotion regulation strategies and to perform adaptive behaviors. Learning different coping strategies would be helpful for future transgressions. Additionally, other components refer more to strategies that include the reflection about past experiences and about one's own actions in the past. These strategies focus on promoting insight into maladaptive behaviors and their consequences and on clarifying the motivations for changing behavior. The six core components exhibited the basis for the current forgiveness intervention. In addition, we suppose that explicitly taking into account age-specific issues might strengthen the benefits of existing forgiveness interventions (Allemand & Steiner, in press). Moreover, we assume that past-oriented themes such as clarifying and understanding past interpersonal transgressions and integrating them into a coherent life story are particularly important for older adults (see Allemand & Steiner, in press). Based on the arguments above, we adapted these six core components for older

Table 12

Core and Age-specific (new) Components of the Forgiveness Intervention in Old Age

<i>Component</i>	<i>type</i>	<i>Description/content</i>	<i>Purpose</i>
Define forgiveness	core	Discuss similarities and differences with related words such as reconciliation or forgetting	G: to avoid confusion and further victimization AS: to clarify what forgiveness is (and what it is not)
Recall the hurt	core	Assist the participants in remembering the transgression within a supportive environment	G: to reduce the pain of the offense through catharsis AS: to clarify the transgression situation
Build empathy	core	Take the perspective of the offender, and experience what she/he feels	G: to decrease negative thoughts and feelings AS: to clarify the transgressors' perspective
Acknowledge own offenses	core	Remember and recall events when the participants have been an offender	G: to remember how it feels to desire and receive forgiveness from another AS: -
Commit to forgiveness	core	Encourage the participants to forgive and to stick on the forgiveness process	G: to keep forgiveness as a goal AS: -
Overcome unforgiveness	core	Learn strategies to cope with anger, avoidance, rumination – not necessarily promotion of forgiveness	G: to reduce negative feelings and cognitions such as anger, bitterness AS: -

<i>Component</i>	<i>type</i>	<i>Description/content</i>	<i>Purpose</i>
Clarification	new		
a) Recall forgiveness-relevant childhood memories		a) Remember forgiveness-relevant events in childhood, reflecting which reaction patterns have been learned, and compare them to actual forgiveness behavior	AS: to know the own life story, understand and clarify the own perspective and behavior
b) Reanalyze the transgression		b) Recall the transgression from an outside, factual, and an inside perspective. Separating facts from reactions.	
Analyze the role of emotions and own emotional reactions	new	Identify and accept (negative) emotions, understanding individual emotion patterns	AS: to understand and clarify the own emotions

Note. G = general focus, AS = age-specific focus.

adults and integrated two age-specific components. An overview of the eight components of the forgiveness intervention is given in Table 12.

The first additional component emphasizes the importance to reflect and to understand past negative interpersonal experiences. This component is in line with the more pronounced willingness to review one's life in old age (e.g., Erikson, 1959). Therefore, we focused on recalling and reflecting about transgression- and forgiveness- relevant childhood memories. Supporting older adults to gain insights into behavioral and emotional patterns learned in childhood, and to understand their potential influence on actual behavior may be helpful to cope with interpersonal transgressions. Such an approach may enhance forgiveness and the integration of the transgression into a coherent life story. With a more past-oriented focus on clarifying past transgressions, we encouraged participants to take an outside perspective ("observer role") and an inside perspective ("protagonist role" including actual negative cognitions, emotions, and behaviors) in dealing with their hurtful experience, as hurt persons often take a personal and one-sided perspective on transgressions (Enright & Fitzgibbons, 2000; Linden, Rotter, Baumann, & Lieberei, 2007).

The second additional component emphasizes the importance of socio-emotional development in old age (Carstensen et al., 1999, 2006). When future time perspective is perceived as limited as it is often the case in old age, emotional meaningfulness and emotional functioning, as well as social interactions and the maintenance of close relationships assume primacy. Coping with emotionally loaded problems such as past transgressions requires the ability to identify emotions, to distinguish between different emotions, and to learn to accept them (Baumann, Kessler, & Linden, 2005). Moreover, it is important to help individuals to talk about negative emotions and emotional experiences. Participants of this intervention study were born approximately between the end of the First and Second World War and might have learned to inhibit negative emotions. Therefore, providing support when talking about emotions seems important (Maercker, 2002). To conclude, we assume that understanding

one's own emotions and the ability to regulate them is particularly important for older adults and may support the process of forgiveness and hence help to maintain emotional and social well-being.

6.1.4 The Present Study

The objective of this study was to assess the effects of participation in a brief intervention on forgiveness and transgression-related emotions and cognitions. A randomized, wait-list controlled design with three measurement occasions was used. First, we investigated changes in forgiveness as outcome variables. More specific, forgiveness was defined as changes in transgression-related interpersonal motivations over time, that is, participants' motivations to avoid the transgressor, to seek revenge, and benevolent motivations towards the transgressor (McCullough et al., 1998; McCullough, Fincham, & Tsang, 2003). We hypothesized that avoidance would decrease in the forgiveness condition, and increase in the wait-list condition as a result of being exposed to the hurtful issues without an adaptive involvement (Hypothesis 1). We expected a slight decrease in revenge but at the same time very low revenge scores in old age (Hypothesis 2), as was found in a recent study (Ghaemmaghami, Allemand, & Martin, in press). For benevolence towards the transgressor, we assumed an increase in the forgiveness condition and no change in the wait-list condition (Hypothesis 3). Moreover, we assumed a decrease in actual transgression severity in the forgiveness condition and no change or an increase in the wait-list condition (Hypothesis 4).

Second, we investigated changes in emotions and cognitions as additional outcome variables. Negative emotions and cognitions such as sadness, rumination, humiliation, social pain, and negative affect are usually associated with interpersonal transgressions. We thus hypothesized that these feelings would decrease in the forgiveness condition and stay stable or increase in the wait-list condition (Hypothesis 5). To forgive a transgression means to let go negative emotions. This might have consequences for negative affect. Therefore, we assumed

that the negative affect would decrease in the forgiveness condition, but stay stable or increase in the wait-list condition (Hypothesis 6). A primary function of forgiveness appears to be the down-regulation of negative emotionality and stressful reactions to interpersonal transgressions (Worthington & Scherer, 2004). We did not expect changes in the positive affect.

6.2 Method

6.2.1 Participants

Eighty-one older adults were recruited on a convenience basis through university database and agencies serving older adults. The criteria for participating in the intervention study were: (a) to have a serious unresolved interpersonal transgression and (b) to be interested in learning skills how to deal with these transgressions. Three participants were excluded for analyses because they only participated at the first intervention session (out of two sessions) or did not fill out the questionnaires correctly, resulting in a final sample of $N = 78$. Although the targeted age for the study participation was 60 years and older, three participants were younger (50 and 55 years). The mean age was 70.1 years ($SD = 7.7$ years, range 50 to 90 years). The sample was predominantly female (75.6%). There was a broad range in educational attainment. With respect to educational attainment, 5.1% reported having a basic education as the highest level of education, 5.1% reported attending high school education or equivalent (e.g., vocational school), 55.2% completed a degree from a technical school, and 34.6% completed a university degree. Regarding marital status, 9% of the participants were single, 52.6% were married, 21.8% were either separated or divorced, 15.4% were widowed, and one person did not indicate her/his marital status. Participants rated their health relative to an average person of their age on a scale ranging from 1 (*poor*) to 5 (*excellent*; Idler & Kasl, 1991). Perceived health ($M = 4.21$, $SD = 0.71$) was relatively high and was virtually unrelated to age, $r = .04$.

6.2.2 Procedure

After giving informed consent participants were randomly assigned to either an immediate forgiveness condition ($n = 52$) or to a wait-list control condition ($n = 26$). The short period between the recruitment and the beginning of the first interventions led to an oversampling of the forgiveness condition. The interventions consisted of two sessions with time duration of 3.5 hours per session and a time lag of one week between the two sessions. This initial evaluation study used a randomized, wait-list controlled design. The design includes an immediate treatment condition (forgiveness condition) and a wait-list condition. Participants in the forgiveness condition were assessed at the beginning of the intervention (pre-test measures, Time 1), with reassessments ten days (post-test measures, Time 2) and four weeks later (follow-up measures, Time 3). Participants in the wait-list condition completed the questionnaires in the same time schedule as the participants in the forgiveness condition. At T1, participants in both conditions were instructed to recall a serious interpersonal transgression and to briefly describe it. Questions related to the type of relationship between the hurt person and the transgressor, to perceived transgression severity, and to transgression recency followed. Finally, participants completed a self-report questionnaire of forgiveness (TRIM-18) and transgression-related emotions and cognitions as well as questions about positive and negative affect. At T2 and T3 participants completed the TRIM-18 and questions about perceived transgression severity, transgression-related emotions and cognitions, and positive and negative affect. All participants were unpaid volunteers; but they received a written feedback about the study purpose and the main findings and study implications. Participants in the wait-list control condition received the forgiveness intervention at the end of the study. In total, seven forgiveness interventions (including two post-study interventions for those participants in the wait-list control condition) with on average eleven participants per session took place from January to Mai 2010. The first author conducted all interventions.

6.2.3 Outcome Measures

Forgiveness. The Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18; McCullough et al., 1998, 2003) was used to assess forgiveness. The seven-item avoidance subscale measures the motivation to avoid the transgressor (e.g., “I keep as much as distance between us as possible”). The five-item revenge subscale measures the motivation to seek revenge (e.g., “I’ll make him/her pay”). The six-item benevolence subscale measures benevolence motivation toward the transgressor (e.g., “Even though his/her actions hurt me, I still have good will for him/her”). Previous studies have shown that the subscales have high internal consistencies, moderate test-retest stability, and evidence of construct validity (McCullough et al., 1998, 2003). Although the items of the TRIM-18 are generally rated on a 5-point Likert-type scale, we used a 9-point Likert-type scale ranging from 1 (*strongly disagree*) to 9 (*strongly agree*) in order to have a more sensitive measure of participants’ TRIMs (see Ghaemmaghami et al., in press). In the present study, the internal consistencies were .90 to .91 (avoidance), .52 to .74 (revenge), and .85 to .90 (benevolence).

Perceived transgression severity. In order to indicate how severe participants perceived their transgression at the moment, they completed a single item (“How painful do you perceive the transgression right now?”; cf. McCullough et al., 2003) on a 9-point Likert-type scale ranging from 1 (*a little bit*) to 9 (*extremely strong*).

Transgression-related emotions and cognitions. To reduce participants’ burden in data collection we used several single-item measures to assess transgression-related state emotions and cognitions. These measures assess (a) state *sadness* (“I am very sad about what she/he did to me”), (b) state *rumination* (“I often think about why she/he did this to me”), (c) state *humiliation* (“I feel embarrassed after this transgression”) and state *social pain* (“I feel a deep hurt when I think of this incident”). All items were rated using a 9-point Likert-type scale ranging from 1 (*disagree completely*) to 9 (*strongly agree*).

Positive and negative affect. Positive affect was measured with the following six adjectives: satisfied, happy, confident, hopeful, active, and energetic. Negative affect was measured with the adjectives: disappointed, sad, anxious, worried, sluggish, and exhausted (Brunstein, 1999). Participants were asked to rate how strongly they felt each affect with respect to the last days. Participants rated each adjective on a 7-point Likert-type scale ranging from 0 (*strongly disagree*) to 6 (*strongly agree*). While this specific scale has been infrequently employed, these adjectives reflect most dimensions present in the widely used PANAS-X (Watson & Clark, 1994) affect measure, and work with the scale has demonstrated its predictive validity with respect to measures of psychological well-being (Hill & Allemand, 2010, in press). The alpha reliability estimates for the positive and negative affect subscales across three measurement occasions ranged from .85 to .94.

6.3 Results

6.3.1 Interpersonal Transgressions

Participants reported a broad range of transgressions, from a lack of parental love, being treated unfairly at the work place to being disappointed by friends or neighbors. Regarding the type of relationship involved, participants reported that the transgressions had been committed by the romantic partner (27.3%), by a family member (28.6%), by a friend, acquaintance, or neighbor (20.7%), by a person at the work place (19.5%), or other person (3.9%). On a Likert-type scale ranging from 1 (*not at all close*) to 9 (*very close*) participants indicated their actual closeness with the transgressor ($M = 3.49$, $SD = 2.65$). Furthermore, many participants wrote about a transgression that occurred many years ago. Regarding time since the transgression event, the responses varied from a few days/weeks ago (10%), to a few months ago (6%), between one and five years ago (25%), between five and ten years ago (12%), between ten and twenty years ago (18%) and more than twenty years ago (29%). Participants did not differ with respect to the type of relationship between the hurt person and the transgressor, the

actual closeness to the transgressor, and time since the transgression across the two conditions.

6.3.2 Preliminary Analyses

Means and standard deviations for each outcome measures for the three measurement occasions by condition are displayed in Table 13. First, we computed correlations between the outcome measures at pretest to determine their relationships (see Table 14). Correlations were all in the expected direction, with absolute values ranging from $|r| = .01$ to $.67$. Second, correlations and analyses of variance (ANOVA) were conducted to determine the associations between demographic (i.e., age, gender, marital status, education) and background variables (i.e., actual closeness, time since the transgression event) and outcome measures at pretest. Age and gender (1 = female, 2 = male) were only related with state sadness ($r = -.32, p < .01$ and $r = -.29, p < .05$, respectively). Participants with recent transgressions reported less benevolence toward the transgressor ($r_s = -.38, p < .01$) and more state rumination ($r_s = -.23, p < .05$). Closeness to the transgressor was negatively related to avoidance ($r = -.36, p < .01$) and positive affect ($r = -.24, p < .05$), while demonstrating positive associations with benevolence ($r = .59, p < .01$), transgression severity ($r = .25, p < .05$), and negative affect ($r = .29, p < .05$). Because time since transgression and actual closeness to transgressor were significantly associated with at least two of the outcome measures at pretest, we controlled for the effects of these two variables in the main analyses. Third, we compared participants across the two conditions for demographic and background variables and pretest outcome measures. There were no statistically significant mean-level differences across conditions on demographic and background variables. More important, the means of the outcome measures did not significantly differ with respect to the conditions.

Table 13

Pretest, Posttest, and Follow-up Means (and Standard Deviations) on Outcome Measures and Repeated-Measures ANOVA Results for Forgiveness and Wait-list Conditions

Measures	Forgiveness condition (<i>n</i> = 52)			Wait-list condition (<i>n</i> = 26)			Time × Condition
	Pretest	Posttest	Follow-up	Pretest	Posttest	Follow-up	<i>F</i> Value
<i>Forgiveness Measures</i>							
Avoidance ^e	4.59 (2.54)	4.35 (2.52)	4.38 (2.46)	4.52 (2.10)	4.84 (2.17)	5.20 (2.23)	3.34*
Revenge	1.92 (1.58)	1.77 (1.45)	1.70 (1.17)	1.89 (1.48)	1.91 (1.14)	1.60 (0.83)	.31
Benevolence ^{acf}	4.91 (2.37)	5.20 (2.20)	5.66 (2.19)	4.00 (1.98)	4.35 (2.19)	4.69 (2.30)	.03
Transgression severity ^{bcf}	3.88 (2.23)	3.53 (2.35)	2.74 (1.89)	3.42 (2.18)	3.23 (2.07)	3.84 (2.51)	7.40***+
<i>Emotions and Cognitions Measures</i>							
State sadness ^b	5.84 (2.88)	5.22 (3.05)	4.80 (2.71)	4.81 (2.77)	5.54 (2.53)	5.00 (2.45)	4.67*
State rumination ^e	4.65 (2.46)	4.31 (2.87)	3.96 (2.73)	3.77 (2.79)	4.62 (2.65)	4.80 (2.63)	3.63*
State humiliation ^b	4.83 (3.21)	4.25 (2.88)	3.98 (2.70)	4.54 (3.01)	4.46 (2.73)	5.12 (2.58)	3.97*
State social pain ^b	4.73 (3.01)	4.18 (2.87)	3.67 (2.48)	4.38 (2.71)	4.77 (2.73)	5.16 (2.61)	3.41*
<i>Affect</i>							
Positive affect	4.27 (0.91)	4.44 (0.98)	4.41 (1.09)	4.17 (0.96)	4.37 (1.04)	4.22 (1.24)	.20
Negative affect ^{ab}	1.86 (1.29)	1.32 (1.11)	1.40 (1.28)	1.34 (1.16)	1.28 (1.16)	1.45 (1.14)	1.60

Note. Significance levels within each condition were obtained by computing follow-up repeated measures ANOVA on each condition separately.

^a significant difference between posttest and pretest in the forgiveness condition; ^b significant difference between follow-up and pretest in the forgiveness condition; ^c significant difference between follow-up and posttest in the forgiveness condition; ^d significant difference between posttest and pretest in the wait-list condition; ^e significant difference between follow-up and pretest in the wait-list condition; ^f significant difference between follow-up and posttest in the wait-list condition.

⁺ Statistically significant after a Bonferroni correction.

* $p < .05$; *** $p < .001$.

Table 14

Correlations of Study Variables at T1

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Avoidance	—									
Revenge	.33	—								
Benevolence	-.56**	-.43**	—							
Transg. Severity	.13	.17	.06	—						
State Sadness	.11	.02	.17	.35**	—					
State Rumination	-.01	.05	.17	.41*	.58**	—				
State Humiliation	.35**	.18	-.11	.08	.29*	.07	—			
State Social Pain	.11	-.12	.01	.27*	.45**	.36**	.40**	—		
Positive Affect	-.06	-.26*	-.00	-.35**	-.14	-.17	-.05	-.07	—	
Negative Affect	-.06	-.26*	-.00	-.35**	-.14	-.17	-.05	-.07	-.67**	—

Note. * $p < .05$, ** $p < .01$.

6.3.3 Effects of the Forgiveness Intervention

To examine the hypotheses we conducted a series of repeated-measures analyses of variance (ANOVA) separately for each of the outcome variables. Time (i.e., pretest, posttest, follow-up) was analyzed as the within-subjects effect and condition (i.e., treatment versus control) as the between-subjects effect. For this initial evaluation we were primarily interested in the within-subjects by between-subjects interaction effects. Such interaction effects would indicate that participants in the two conditions changed differentially over time. We applied Bonferroni corrections separately for the forgiveness, and the emotion and cognition outcome measures to control for Type I error (see for example Stevens, 1986). The p -value required for significance for the forgiveness and for the emotion and cognition measures was set at .013 (i.e., $.05/4$), and at .008 (i.e., $.05/6$), respectively. Since the Bonferroni correction tends to be very conservative, we decided to report all analyses before and after Bonferroni corrections. Significant levels after application of the Bonferroni correction are shown in Table 13.

The first analyses concerned forgiveness, respectively the avoidance, revenge, and benevolence motivation, and the perceived transgression severity. For avoidance, the condition by time interaction was significant, $F(2, 65) = 3.34, p < .05$, partial $\eta^2 = .09$. Follow-up repeated measures ANOVAs computed on each condition separately showed no significant changes in the forgiveness condition, but an increase in avoidance from pretest to follow-up test ($p = .05$) in the wait-list condition (see Table 13). The next analysis assessed the revenge motivation. As expected, no significant time \times condition interaction was found. In both conditions, the revenge motivation was low at pre-test measurement and stayed low over time. The third analysis concerned the benevolence motivation. Contrary to our hypothesis, the condition by time interaction did not reach significance. Follow-up analyses revealed that, as expected, participants in the forgiveness condition improved significantly at posttest and also from posttest to follow-up test. Hence, also the participants in the wait-list condition increased their benevolence significantly from posttest to follow-up test. Concerning the

actual transgression severity, as expected, there was a significant condition by time interaction, $F(2, 66) = 7.40, p < .001$, partial $\eta^2 = .18$. As follow-up analyses revealed, in the forgiveness condition, the actual transgression severity decreased significantly from pre-test to follow-up test and from posttest to follow-up test, whereas in the wait-list condition, the perceived transgression severity increased significantly from posttest to follow-up test.

Next, we tested forgiveness-relevant state emotions and thoughts. As hypothesized, the condition by time interaction was significant for the transgression-specific state sadness, $F(2, 64) = 4.67, p < .05$, partial $\eta^2 = .13$, for the transgression-specific state rumination, $F(2, 65) = 3.63, p < .05$, partial $\eta^2 = .10$, for the transgression-specific state humiliation, $F(2, 63) = 3.97, p < .05$, partial $\eta^2 = .11$, and for the transgression-specific state social pain, $F(2, 64) = 3.41, p < .05$, partial $\eta^2 = .10$. In three of four follow-up analyses (state sadness, state humiliation, and state social pain) the participants in the forgiveness condition showed a significant reduction of the negative emotion from pre-test to follow-up test, and an increase of negative state emotion in the wait-list condition. Concerning the transgression-specific state rumination, the follow-up analysis revealed a non-significant decrease in the forgiveness condition, but a significant increase in rumination in the wait-list condition from pretest to follow-up test.

The final analyses assessed positive and negative affect. As expected, the ANOVA for positive affect did not show a significant condition by time interaction. Contrary to our hypothesis, there was also no significant condition by time interaction for negative affect. Although follow-up analyses computed on each condition separately revealed that participants in the forgiveness condition made significant gains from pretest to posttest and also from pretest to follow-up test, no overall significant time by condition interaction was obtained.

6.4 Discussion

The aim of the present study was to develop and evaluate a brief forgiveness intervention for older adults. Based on theoretical arguments and past findings underlining the importance of forgiveness intervention in old age, we assumed that the clarification of past transgressions and their integration in the life story are increased needs of older adults. We hypothesized that older adults benefit from a forgiveness intervention with age-specific components, enhance their forgiveness, and succeed to reduce the actual transgression severity, negative transgression-related feelings, rumination, and negative affect. Our hypotheses were partially supported and will be discussed in sequence.

First, we hypothesized that the avoidance motivation would decrease in the forgiveness condition, and stay stable or increase in the wait-list condition. We found a significant condition by time interaction with medium effect size. Whereas the avoidance motivation of the forgiveness condition decreased only marginally, it increased significantly in the wait-list condition. It seems that recalling the transgression reactivates the avoidance motivation. The participants of the forgiveness condition managed to control their avoidance motivation when the transgression was reactivated. To reduce the avoidance motivation, more time might be necessary.

Second, we hypothesized and found the revenge motivation slightly to decrease in the forgiveness condition, and, at the same time, we found low revenge motivation in both conditions. This finding is in line with previous research. For example, compared to younger adults, older adults reported more inner control of anger using calming strategies (e.g., Phillips, Henry, Hosie, & Milne, 2006), and they experienced smaller increases in distress when they encountered interpersonal tensions (Birditt, Fingerman, & Almeida, 2005).

Third, as expected, we found that benevolence increased in the forgiveness condition. However, contrary to our expectation, the benevolence motivation increased in the wait-list condition, too. According to the theory of socioemotional selectivity (Carstensen et al., 1999),

older adults appreciate having a few, but close, harmonious relationships. The confrontation with the transgression might have reactivated the transgression *and* the wish to restore the relationship and to reconcile with the transgressor. Fifty-eight percent of the participants of the wait-list condition reported that their unresolved transgression has been committed by their partner or by a family member. Relational closeness is known to be a determinant of forgiving (e.g., McCullough, 2000), and benevolence an important precondition.

Fourth, we hypothesized that the actual transgression severity would decrease in the forgiveness condition and stay stable or increase in the wait-list condition. Knowing that forgiving is a process that needs time, motivation, and effort, the actual transgression severity may be seen as a more general indicator of the effectiveness of the forgiveness intervention for older adults. In line with our prediction, there was a significant condition by time interaction with a big effect size. The actual transgression severity decreased in the forgiveness condition, and increased in the wait-list condition. Although the transgression was reactivated, participants of the forgiveness condition were able to reduce the actual burden, to let go negative feelings and thoughts. Even one month later, the actual transgression severity was lower than at the beginning of the intervention.

Fifth, we hypothesized that the transgression-related state sadness, rumination, humiliation, and pain would decrease in the forgiveness condition and stay stable or increase in the wait-list condition. Getting hurt may evoke different feelings. Some persons may feel sad, humiliated, others angry, or have a feeling of social pain. Rumination, for example, is known to be negatively correlated to forgiveness (McCullough, 2000), and sadness was shown to be higher in unforgivingness than in forgiveness situations (Witvliet, Ludwig, & Van der Laan, 2001). Letting go of persisting unresolved feelings such as anger, grief, sadness, and/or hurt is necessary to achieve forgiveness (Malcolm, Warwar, & Greenberg, 2005). According to our predictions, we found a significant condition by time interaction with medium or big effect sizes for all four variables. Consistently, in the forgiveness condition,

findings showed a reduction of the transgression-specific state sadness, the transgression-specific state rumination, the transgression-specific state humiliation, and the transgression-specific state pain, whereas in the wait-list condition, there was an increase in all four variables. It appears that the participants in the forgiveness condition benefitted from the intervention, whereas recalling the transgression without support seems to intensify negative feelings and thoughts. Furthermore, these results point to the importance of emotion work in forgiveness interventions.

Sixth, concerning the negative affect, we found a decrease in the forgiveness condition and no change in the wait-list condition. Contrary to our hypothesis, the condition by time interaction did not reach significance. Previous research showed that promoting forgiveness led to improvements in psychological well-being or to a reduction of negative affect or depression (e.g., Al-Mabuk, Enright, & Cardis, 1995; Coyle & Enright, 1997; Freedman & Enright, 1996; Hebl & Enright, 1993). Hence, according to McCullough (2000), the associations between well-being and forgiveness might be mediated by the reestablishment of the relationship between the transgressor and the victim and also by dispositional forgiveness. Finally, as expected, no significant changes were found concerning positive affect. Charles and Carstensen (2010) state that positive affect showed to be highly stable in old age, only decreasing in studies with the oldest old.

In summary, in line with previous forgiveness interventions (for an overview, see for example Wade et al., 2005), the results support the efficacy of our forgiveness intervention for older adults. Compared to the waitlist condition, the participants of the forgiveness condition indicated to have less negative feelings and thoughts and less negative affect after participating in the intervention.

6.4.1 Limitations and Implications for Future Research

Some limitations of the present intervention have to be noted. First, our sample was comprised of more female than male participants, similar to McCullough and Worthington (1995) and Rye and colleagues (2005). According to Wade and Meyer (2009), difficulties in recruiting men into forgiveness treatment studies are a common problem - one that future forgiveness research should focus on. Despite this disproportionality, we found no sex differences in our study. Second, the sample consisted of healthy and highly motivated older adults with a high satisfaction with life. These resources may enhance the capacity and the willingness to forgive. Third, similar to previous forgiveness interventions (for an overview, see Wade et al., 2005), our intervention lasted seven hours. Even though about 80% of the participants indicated that the duration of the forgiveness intervention was appropriate, there were a few participants who would have preferred to have a third session. Therefore, in future forgiveness interventions with older adults, we plan to offer an optional third session with the possibility to adopt and deepen the new strategies. Fourth, the age-specific aim of our forgiveness intervention consisted in offering older participants exercises and strategies to understand and to clarify the transgression. Seventy-seven percent of the participants strongly agreed that integrating past transgressions in the life story is important for them. This is an interesting result that should be taken into account in future interventions and evaluated with more fine-grained measurements. Fifth, Wade, Johnson, and Meyer (2008) state that there is presently no (forgiveness) theory about what works specifically for whom and when, and the authors stress the need for such comprehensive models. The present forgiveness intervention for older adults may be seen as a first step in this direction, insofar as it based on theoretical arguments, focused on a specific group and was adapted to older adults' age-specific needs. Hence, future studies with older adults are needed to examine if the present treatment is more effective than previous forgiveness interventions that did not take the lifespan perspective into account.

Finally, in the present study, we provided a forgiveness intervention specifically for older adults. Hence, it is important to acknowledge that young adults, too, could benefit from a forgiveness intervention with an age-specific focus (Allemand & Steiner, in press). For example, young adults usually have an open-ended time horizon and the tendency to be future-oriented (Carstensen et al., 1999). When they get hurt, the open-ended time-perspective may invite them to suppress their painful feelings and to focus on new perspectives instead of investing time and energy in forgiveness work. Their chances to find a new job, a new partner or new friends are upright. Therefore, working with young adults could for example mean to show them the benefit of learning forgiveness strategies for present and future transgressions. In the style of the wisdom therapy (Schippan, Baumann, & Linden, 2004), a forgiveness intervention for young people might want to focus on participants getting to know the key-components of forgiveness and then have them exercise in fictitious situations.

To conclude, the aim of the present paper was to point to the relevance and the benefit of a forgiveness intervention in old age. The current intervention considered age-specific motivations and goals of older adults and helped participants to reduce transgression-specific negative feelings, thoughts, and negative affect. Put differently, the liaison between forgiveness treatment and the lifespan provides a new perspective and is an important topic for future research.

7. Allgemeine Diskussion

In diesem Kapitel werden die drei zentralen Fragestellungen, die in fünf Kapitel (2-6) mündeten, kurz zusammengefasst und deren Relevanz sowie Implikationen für zukünftige Forschung anhand des konzeptuellen Modells zu Altersunterschieden im Verzeihen diskutiert (7.1-7.3). Das Fazit (7.4) weist auf den Nutzen der vorliegenden Dissertation hin und rundet sie ab.

7.1 Altersunterschiede im Verzeihen

Das erste Ziel dieser Arbeit bestand darin, einen Überblick über empirische Befunde zum Zusammenhang zwischen Alter und Verzeihen und über den aktuellen Forschungsstand aus Sicht der Entwicklungspsychologie zur Lebensspanne zu geben. In den beiden Übersichtsarbeiten (Kapitel 2 und 3) wurden Begriffsbestimmungen und Operationalisierungen vorgestellt und Befunde von Studien erörtert, welche die Entwicklung des Verzeihens im Kindes- und Jugendalter und vom jüngeren zum höheren Erwachsenenalter untersuchten. Neben Studien zum Verzeihen von realen und hypothetischen Verletzungen wurden auch Studien zur Bereitschaft zu verzeihen (dispositionales Verzeihen) und Selbstverzeihen berichtet. Über die Deskription hinausgehend wurden schliesslich potentielle Erklärungsmechanismen der Entwicklung des Verzeihens über die Lebensspanne identifiziert und kritisch diskutiert. Mögliche Implikationen für die Forschung aus Sicht der Lebenslaufperspektive schlossen den Beitrag ab und werden an dieser Stelle nicht wiederholt. Stattdessen wird mit einem Blick auf das konzeptuelle Modell zu Altersunterschieden im Verzeihen die Relevanz der beiden Artikel diskutiert und werden Schritte für zukünftige Forschung aufgezeigt.

Erstens fanden sich in über 20 Studien Altersunterschiede im Verzeihen, immer dahingehend, dass ältere Personen im Durchschnitt verzeihender waren als jüngere (Altersrange der Teilnehmenden der verschiedenen Studien: 9-96 Jahre). Dies zeigt die Notwendigkeit auf, in der Forschung zum Verzeihen entwicklungspsychologische Aspekte wie die Möglichkeit, dass sich prozessbezogenes und dispositionales Verzeihen über die Lebensspanne verändern, zu berücksichtigen.

Zweitens existiert bis anhin wenig entwicklungspsychologische Forschung zum Verzeihen. Die meisten bisherigen Studien zum Verzeihen sind Querschnittstudien, was Aussagen zur Entwicklung des Verzeihens verhindert. Hinter den gefundenen Altersunterschieden könnten eventuell auch Kohorteneffekte stecken, was bedeuten würde, dass die Veränderungen nicht mit der Entwicklung per se, sondern mit gesellschaftlichen und soziohistorischen Veränderungen assoziiert wären. In diesem Zusammenhang sind Längsschnittstudien erforderlich, um Erkenntnisse über Entwicklungsverläufe des dispositionalen Verzeihens zu gewinnen.

Drittens wird Verzeihen mehrheitlich mit Selbsteinschätzungen erfasst, entweder rückblickend auf erlebte Verletzungen oder in Bezug auf hypothetische Verletzungsszenarien. Studien, welche Erinnerungen an positive, neutrale und negative Stimuli untersuchen, finden häufig, dass die Erinnerungen von älteren Personen weniger negativ sind als diejenigen von jüngeren Erwachsenen, auch bezogen auf negative autobiographische Ereignisse (z.B. Comblain, D'Argembeau & Van der Linden, 2005), und dass ältere Personen manchmal mehr positive als negative Informationen erinnern (z.B. Charles & Carstensen, 2010). Dieser Effekt, der „positivity effect“ genannt wird (Mather & Carstensen, 2005), könnte einen weiteren Grund für Altersunterschiede im Verzeihen darstellen. Alternative Messmethoden stellten narrative Interviews dar, zum Beispiel im Zusammenhang mit Lebensgeschichten (McAdams, Diamond, de St. Aubin & Mansfield, 1997), Tagebücher, die den Prozess des Verzeihens über Wochen festhalten, oder Fremdeinschätzungen zur Ergänzung der

Selbsteinschätzung (Hoyt & McCullough, 2005; McCullough, Hoyt & Rachal, 2000). Eine weitere Forschungsperspektive bestünde darin, Verzeihen dyadisch zu erheben, auch anhand von Längsschnittstudien, und zum Beispiel zu untersuchen, ob sich junge, mittelalte und ältere Paare in der Art zu verzeihen, unterscheiden. In diesem Zusammenhang wäre es sinnvoll, das konzeptuelle Modell zu erweitern und in Anlehnung an Scobie und Scobie (1998) auch die Phase vor dem Verzeihensprozess, das heisst diejenige vom negativen Ereignis und der daraus resultierenden Verletzung bis zum Entschluss zu verzeihen oder nicht zu verzeihen, zu untersuchen.

Viertens fällt in den beiden Überblickskapiteln auf, dass in mehreren Disziplinen, das heisst aus verschiedenen Blickwinkeln, zum Verzeihen geforscht wurde und wird. Bis anhin tendierte die Verzeihensforschung dazu, sich in relativer interdisziplinärer Isolation vorwärts zu bewegen (Fehr, Gelfand & Nag, 2010). Jedoch ist gemäss Fehr und Kollegen Interaktion zwischen verschiedenen Disziplinen der Psychologie notwendig, damit eine empirische und paradigmatische Integration der divergierenden Perspektiven der Verzeihensforschung möglich wird. Daher ist es für zukünftige Studien wichtig, die Breite an Forschungsansätzen aus verschiedenen Disziplinen wie Sozial-, Entwicklungs- und klinische Psychologie vermehrt zu nutzen, interdisziplinär auszutauschen, einen Konsens zu finden und gemeinsame Forschung voranzutreiben.

Schliesslich fällt auf, dass in der deutschsprachigen psychologischen Forschung das Thema „Verzeihen“ bisher noch wenig Beachtung gefunden hat (abgesehen von Ausnahmen wie z.B. Bierhoff & Schwennen, 2006; Schwennen, 2008). Daher ist es wichtig, die dazu existierende Forschung einer breiteren Leserschaft bekannt zu machen.

7.2 Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen

Das zweite Ziel der vorliegenden Dissertation bestand darin, Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären. Während die beiden Überblicksartikel (Kapitel 2 und 3) diese Thematik

weitläufig aufgreifen und verschiedene theoretische Erklärungsmodelle beschreiben, werden in Kapitel 4 und 5 zwei konkrete empirische Studien, die mögliche Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen untersuchen, geschildert.

Die erste Studie (Kapitel 4) untersuchte Altersunterschiede im dispositionalen Verzeihen und die Rolle der interpersonalen Verletzungshäufigkeit und Verletzungsintensität. Daten einer repräsentativen querschnittlichen Befragung von Zürcher Erwachsenen ($N = 451$, 20 bis 83 Jahre) wurden verwendet. Die Teilnehmenden füllten einen Fragebogen zur dispositionalen Verzeihensbereitschaft aus und gaben an, wie oft und wie intensiv sie in den vergangenen zwölf Monaten verschiedene Typen von interpersonalen Verletzungen erlebt hatten. Die Befunde ergaben, dass ältere Personen im Durchschnitt stärker bereit waren, anderen zu verzeihen als jüngere Erwachsene. Häufigkeit und Intensität der Verletzungen waren negativ mit dem Alter korreliert. Ausserdem zeigte sich, dass Verletzungshäufigkeit und Verletzungsintensität teilweise die Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären vermochten.

Die zweite Studie (Kapitel 5) prüfte die Hypothese, dass Verträglichkeit und Neurotizismus teilweise den Zusammenhang zwischen Alter und dispositionalem Verzeihen mediierten. Daten aus zwei repräsentativen Querschnittstudien mit Erwachsenen wurden verwendet, um diese Hypothese zu überprüfen. Die Resultate der ersten Studie ($N = 962$, 19-84 Jahre) unterstützen die Hypothese. In der zweiten Studie ($N = 451$, 20-83 Jahre) gelang es, die Resultate zu replizieren und zu erweitern, indem das Auftreten von Verletzungen als dritter Mediator aufgenommen wurde. Es zeigte sich, dass Verträglichkeit und Neurotizismus den Zusammenhang zwischen Alter und dispositionalem Verzeihen auch dann noch zu erklären vermögen, wohingegen das Auftreten von Verletzungen in diesem Modell nicht mehr signifikant war.

Ein Blick auf das konzeptuelle Modell zeigt, dass es zahlreiche Faktoren gibt, welche dazu beitragen können, Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären. Ausserdem existieren

zahlreiche Theorien aus der Entwicklungspsychologie mit dem Lebensspannenfokus zur Erklärung von Altersunterschieden im Verzeihen. Diese wurden in der Einleitung sowie in den einzelnen Kapiteln ausführlich abgehandelt und werden daher hier nicht nochmals aufgegriffen. Aufschlussreich für die Frage, wie sich Altersunterschiede im Verzeihen erklären lassen, wäre im Zusammenhang mit Enright's sozial-kognitivem Entwicklungsmodell des Verzeihens (Enright, Santos & Al-Mabuk, 1989) die Fragestellung, wer wann, wie und warum die oberste Stufe des Verzeihens, nämlich diejenige des Verzeihens aus (Nächsten-) Liebe, erreicht. Angeblich soll es sehr wenige Personen geben, welche diese Stufe erreichen – ob auch hier die Lebenserfahrung und die zukünftige Zeitperspektive eine Rolle spielen? Insgesamt weisen die vorliegenden Befunde darauf hin, dass die Fähigkeit zur Emotions- und Verhaltensregulation mit dem Alter zunimmt. Eine andere Möglichkeit wäre, dass es sich hierbei um Personen handelt, die wiederholt bewusst verzeihen – so oft, bis sie das für sie spezifische Verzeihensmuster verinnerlicht hatten und es nun quasi automatisch abläuft. Einen weiteren spannenden Ansatz liefern Pronk und Kollegen (Pronk, Karremans, Overbeek, Vermulst & Wigboldus, 2010). Sie zeigten kürzlich, dass exekutive Funktionen, welche uns ermöglichen, automatische Reaktionen zu hemmen (zum Beispiel auf eine Beleidigung ebenfalls beleidigend zu reagieren) oder dazu befähigen, sich von einem negativen Ereignis zu lösen und stattdessen auf eine andere Aufgabe, ein anderes Thema zu konzentrieren, positiv mit dem Verzeihen korrelieren. Möglich wäre also auch, dass sehr verzeihende Personen diese Kontrollstrategien besonders gut beherrschen – und zu untersuchen, welche Rolle hierbei das Alter spielt.

Des Weiteren sollte in zukünftigen Studien geklärt werden, welche Faktoren in Bezug auf Altersunterschiede und Entwicklungen im prozessbezogenen und dispositionalen Verzeihen besonders relevant sind, damit Verzeihen altersentsprechend gefördert werden kann. Sobald mehr Studien zu Altersunterschieden im Verzeihen existieren, könnte analog zum Vorgehen von Fehr und Kollegen (2010), welche kürzlich mittels einer Metaanalyse

Korrelate des Verzeihens auf deren Bedeutsamkeit untersuchten, die Fragestellung für Altersunterschiede im Verzeihen getestet werden. Eine Alternative bestünde darin, viele mögliche Einflussfaktoren gleichzeitig zu erheben und anhand von Strukturgleichungsmodellen deren Bedeutsamkeit zu untersuchen. In Kapitel 5, Studie 2, zeigte sich, dass die Persönlichkeitseigenschaften Verträglichkeit und Neurotizismus sich besser eignen, Altersunterschiede im Verzeihen zu erklären als wahrgenommene Verletzungen. In weiteren Studien müsste überprüft werden, ob sich in Bezug auf Altersunterschiede im Verzeihen generell Persönlichkeitsvariablen als geeigneter erweisen, oder ob sich Person- und Umweltvariablen insgesamt die Waage halten.

Welche Bedeutung haben die gewonnenen Erkenntnisse? Zum einen sind die beiden empirischen Studien ein Beispiel für interdisziplinäre Forschung. Die Tatsache, dass in beiden Studien (Kapitel 4 und 5) als Grundlage ein Mediationsmodell aus der Lebensspannenforschung verwendet wurde, Verträglichkeit und Neurotizismus als Mediatoren aus der Persönlichkeitspsychologie hinzugenommen wurden, und als dritter Mediator die Verletzungsvariable (Häufigkeit und Intensität) hinzugefügt wurde, welches eine typische Umweltkomponente darstellt, kann als erster Schritt für einen integrativen Forschungszugang zum Verzeihen gewertet werden und als Beispiel für weitere Studien dienen. Zum andern zeigt die zweite empirische Studie (Kapitel 5) Altersunterschiede in Charaktereigenschaften auf: Ältere Personen sind verträglicher, weniger neurotisch und verzeihender als Erwachsene mittleren Alters und als junge Erwachsene. Diese Ausprägungen können positive Auswirkungen auf die Erhaltung von Beziehungen und Freundschaften haben und das Zusammenleben erleichtern. Zeigt zum Beispiel nach einer Konfliktsituation eine Person eine hohe Verzeihensbereitschaft, so erhöhen sich die Chancen, dass eine Versöhnung und Aufrechterhaltung der Beziehung möglich ist. Dispositionales Verzeihen kann daher als eine für das Individuum und für die Gesellschaft nützliche Eigenschaft bezeichnet werden –in diesem Fall profitiert die Gesellschaft von der hohen respektive höheren

Verzeihensbereitschaft der älteren Personen. Pro Senectute hat vor einigen Jahren das Projekt „Generationen im Klassenzimmer“ lanciert. Es hat zum Ziel, die Begegnung zwischen Jung und Alt zu fördern, indem einmal wöchentlich ein Senior oder eine Seniorin für ein paar Stunden den Unterricht begleitet. Aus Sicht der vorliegenden Arbeit ist dies ein hervorragendes Beispiel, wie Jung und Alt voneinander profitieren können – vielleicht erhalten die teilnehmenden Senioren in Klassenzimmern manchmal auch die Gelegenheit, zur Klärung von Konflikten beizutragen?

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass zahlreiche Erklärungen für Altersunterschiede im Verzeihen existieren, dass es auch in diesem Zusammenhang Längsschnittstudien benötigt, damit Entwicklungsverläufe des dispositionalen Verzeihens festgehalten werden können, und dass es wichtig ist, dass die Erkenntnisse Gehör finden in der angewandten Forschung.

7.3 Implikationen für Altersunterschiede im Verzeihen

Als Drittes wurde der Frage nachgegangen, welche praktischen Konsequenzen die gefundenen Altersunterschiede im Verzeihen haben. Als erster Schritt wurde eine Interventionsstudie für ältere Erwachsene entwickelt und evaluiert (Kapitel 6). Basierend auf Theorien der Lebensspanne und auf empirischen Befunden wurde angenommen, dass ältere Erwachsene ein erhöhtes Bedürfnis haben, ungelöste Verletzungen zu klären und vergangene Verletzungen kohärent in ihre Lebensgeschichte zu integrieren. Die Verzeihensintervention bestand aus bewährten Kernelementen bisheriger Verzeihensinterventionen und aus altersspezifischen Komponenten. Die Resultate dieser ersten Evaluationsstudie mit randomisiertem Wartelistedesign mit drei Messzeitpunkten ($N = 78$, 50-90 Jahre, $M = 71.1$ Jahre) ergaben, dass die Teilnehmenden der Verzeihensbedingung im Vergleich zu den Teilnehmenden der Wartelistebedingung die wahrgenommene aktuelle Verletzungsintensität, negative verletzungsbezogene Gefühle und die Grübelneigung reduzieren konnten. Diese

Befunde belegen die Wichtigkeit, älteren Personen Verzeihensinterventionen anzubieten, welche ihnen helfen, vergangene und gegenwärtige interpersonale Verletzungen zu klären und zu verarbeiten. Im Ausblick dieser Studie sowie in Kapitel 2 wurden zudem Ideen für eine Interventionsstudie für junge Erwachsene präsentiert.

In dieser Fragestellung ging es um den Zusammenhang Alter => Verzeihen => Wohlbefinden und/oder Gesundheit im Rahmen der Lebensspannen- oder Alternsperspektive (siehe konzeptuelles Modell, Abbildung 1). Im Vordergrund stand die Absicht, mit einem konkreten Beispiel, das heisst in diesem Fall mit einer Verzeihensintervention für ältere Erwachsene, eine Brücke zur Praxis zu schlagen. Vorangehende Verzeihensinterventionen fokussierten mehrheitlich auf klinische Stichproben, auf Familien- oder Paartherapie oder auf Studierende mit unterschiedlichen Verletzungen: Verzeihensinterventionen, welche die empirisch gefundenen und theoretisch begründbaren Altersunterschiede im Verzeihen berücksichtigen, fehlten bis anhin. Dass dies jedoch Sinn macht, mag nebst den Ergebnissen aus der Studie und den bereits vorgestellten theoretischen Begründungen auch mit einem Alltagsbeispiel veranschaulicht werden. Stellen Sie sich vor, Sie planen, ein Haus zu kaufen. Sie wären entweder jung und erwarteten demnächst Familienzuwachs, oder bereits rüstige Rentner. Welches Haus würden Sie bevorzugen, das mehrstöckige in der Familiensiedlung oder das ebenerdige an ruhiger Lage? Natürlich ist es ein Privileg, sich ein Haus leisten zu können – ideal ist es, wenn das Haus auf altersspezifische Bedürfnisse zugeschnitten ist. Dieses Beispiel lässt sich auf die Teilnahme an einer Verzeihensintervention übertragen. Ältere Personen können auch von herkömmlichen Verzeihensinterventionen profitieren (siehe Hebl & Enright, 1993; Ingersoll-Dayton, Campbell & Ha, 2009), aber stärker profitieren sie vermutlich von einer Intervention, die auf ihre Lebenserfahrung und auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Zukünftige Studien sollten diese Annahme überprüfen. Zudem sollten sich zukünftige Interventionsstudien auch der Frage widmen, wie eine Verzeihensintervention für

Erwachsene mittleren Alters aus Sicht der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne aussehen könnte.

Bedenkt man, dass ältere Erwachsene im Durchschnitt verzeihender sind als jüngere, so könnte man sich fragen, ob eine Verzeihensintervention für ältere Personen notwendig ist? Die Antwort darauf lautet „ja“. Ältere Erwachsene haben ein erhöhtes Bedürfnis, mit ihrer Lebensgeschichte ins Reine zu kommen und vergangene Verletzungen zu klären und haben zudem in der Regel weniger Lebenszeit zur Verfügung als junge Erwachsene. Oftmals handelt es sich um Verletzungen, die jahrelang zurückliegen. Sie geschahen zu einem Zeitpunkt, als die inzwischen älteren und lebenserfahrenen Personen noch jung waren. Die Verletzung konnte zum damaligen Zeitpunkt nicht geklärt und verziehen werden und ist nun möglicherweise einseitig und festgefahren abgespeichert. (Dass und wie auch junge Erwachsene von einer Verzeihensintervention profitieren könnten, wird in der Einleitung und in der Diskussion von Kapitel 6 thematisiert.)

Auch wenn zusammenfassend festgehalten werden kann, dass ältere Personen von der Verzeihensintervention mit altersspezifischem Fokus profitierten, darf dies nicht darüber hinwegtäuschen, dass im Bereich der angewandten Forschung zum Verzeihen noch viele Fragen offen sind. So ist beispielsweise unklar, welche Interventionsformen am Nützlichsten sind, wie lange eine Intervention dauern soll, damit sie nachhaltig wirkt, welche Komponenten wirken und ob Gruppeninterventionen die gleiche Wirkung erzielen können wie eine therapeutische Einzelintervention. Wade, Johnson und Meyer (2008) merken kritisch an, dass bisher keine Theorie existiere, die spezifiziere, was für wen und wann funktioniere. Im Gegenteil scheine es so, dass jedermann mit jeder Verletzung an einer Verzeihensintervention teilnehmen könne und davon profitieren werde. Werden Verzeihensinterventionen für verschiedene Altersgruppen konzipiert und den Bedürfnissen der entsprechenden Altersgruppe angepasst, so ist dies ein erster kleiner Schritt in Richtung Spezifizierung– weitere müssen folgen.

7.4 Fazit

Die Forschung zum Verzeihen hat in den vergangenen zwei Jahrzehnten vor allem im englischsprachigen Raum zunehmend Beachtung gefunden, eine bedeutsame Zunahme an Studien zur Verzeihensthematik zu verzeichnen und mit Verzeihensinterventionen Ableger in der angewandten Forschung und Praxis gefunden. Das ist eine erfreuliche Bilanz, die in eine gute Richtung weist. Das Ziel der vorliegenden Dissertation bestand darin, die Verzeihensthematik mit der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne zu verknüpfen und auf Erklärungen für, Befunde zu und Implikationen von Altersunterschiede(n) im Verzeihen zu fokussieren. Abschliessend soll anhand von drei Fragen der Nutzen der vorliegenden Arbeit aufgezeigt werden.

Fragt man sich erstens, welche Möglichkeiten die Entwicklungspsychologie der Lebensspanne für die Forschung zum Verzeihen bietet, so kann darauf geantwortet werden, dass sie dafür ein ideales Gefäss ist. Durch ihre Grundannahmen, dass es über die Lebensspanne sowohl Stabilität als auch Veränderungen gibt, dass Entwicklung über die Lebensspanne inter- und intraindividuell multidirektional und multidimensional sein kann, ermöglicht sie einen sehr breiten Rahmen für Forschungsfragen. Ist die Möglichkeit für (zeit- und kostenaufwändige) Längsschnittstudien vorhanden, so ist die Überprüfung von sowohl sehr spezifischen als auch breiten, und auch von disziplinübergreifenden Fragestellungen möglich und ideal (nicht nur) für die Forschung zum Verzeihen.

Fragt man zweitens nach dem Gewinn der Erkenntnisse zu Altersunterschieden im Verzeihen für die Entwicklungspsychologie der Lebensspanne und für die Altersforschung, so können, vorausgesetzt, dass sich die in Querschnittstudien gefundenen und theoretisch mannigfach begründbaren Altersunterschiede im Verzeihen (ältere Erwachsene sind verzeihender als Erwachsene mittleren Alters und als junge Erwachsene) auch in Längsschnittstudien finden, die Befunde ein Beleg dafür sein, dass Gewinne auch im Alter möglich sind – ohne Intervention! Die Befunde zeigen somit einen positiven Aspekt des

Alters und positive Zusammenhänge mit Gesundheit und Wohlbefinden und könnten daher als ein Aushängeschild für diese Forschungsrichtung genutzt werden. Gesundheit und Wohlbefinden und deren Aufrechterhaltung sind in unserer Gesellschaft zentrale Ziele, Ziele, welche auch die Alternsforschung verfolgt – in der Tat eine verlockendere Aussicht als diejenige von Verlusten wie körperlicher und geistiger Abbau im Alter. Zudem kann die Tatsache, dass in der vorliegenden Arbeit erfolgreich Aspekte aus verschiedenen psychologischen Richtungen integriert wurden, als Beispiel für zukünftige Forschung in der Entwicklungspsychologie der Lebensspanne gelten.

Fragt man drittens und letztens, welchen Nutzen das Individuum und die Gesellschaft von dieser Dissertation haben, so können zwei positive Botschaften vermittelt werden. Erstens zeigen die vorliegenden Altersunterschiede im Verzeihen einen positiven Aspekt des Alterns und können somit dazu beitragen, ältere Personen nicht nur als Kostenpunkt, sondern als wertvolle, da lebenserfahrene und sozial kompetente Glieder unserer Gesellschaft wahrzunehmen. Zweitens bestätigt sich in der durchgeführten Intervention mit älteren Erwachsenen, dass sich Verzeihen lohnt. Am Anfang stehen oftmals ein negatives Ereignis und eine schmerzvolle Verletzung. Gelingt es, diese zu verzeihen, so kann aus dem ursprünglich negativen Ereignis etwas Positives werden, indem das Wohlbefinden steigt, Lebenserfahrung gewonnen wird und vielleicht eine wertvolle Beziehung aufrechterhalten werden kann.

Literaturverzeichnis

- Akiyama, H., Antonucci, T., Takahashi, K. & Langfahl, E. S. (2003). Negative interactions in close relationships across the life span. *Journal of Gerontology*, 58B, 70-79.
- Aldwin, C. M., Sutton, K. J. & Lachman, M. (1996). The development of coping resources in adulthood. *Journal of Personality*, 64, 837-871.
- Allemand, M. (2008). Age differences in forgivingness: The role of future time perspective. *Journal of Research in Personality*, 42, 1137-1147.
- Allemand, M., Amberg, I., Zimprich, D. & Fincham, F. D. (2007). Trait forgiveness, relationship satisfaction, and episodic forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 199-217.
- Allemand, M., Job, V., Christen, S. & Keller, M. (2008). Forgivingness and action orientation. *Personality and Individual Differences*, 45, 762-766.
- Allemand, M. & Lehmann, R. (in press). Personality development and aging. In V. S. Ramachandran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (2nd ed.). San Diego, CA: Elsevier.
- Allemand, M., Sassin-Meng, A., Huber, S. & Schmitt, M. (2008). Entwicklung und Validierung einer Skala der Bereitschaft zu verzeihen (SBV). *Diagnostica*, 54, 71-84.
- Allemand, M. & Steiner, M. (2010). Verzeihen und Selbstverzeihen über die Lebensspanne: Gegenwärtiger Forschungsstand und Forschungsperspektiven. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 42, 63-78.
- Allemand, M. & Steiner, M. (im Druck). Situation-specific forgiveness and dispositional forgiveness: A lifespan perspective. In E. Kahls & J. Maes (Eds.), *Justice psychology and conflict* (p. xx-xx). New York: Springer.
- Allemand, M., Zimprich, D. & Hendriks, A. A. J. (2008). Age differences in five personality domains across the lifespan. *Developmental Psychology*, 44, 758-770.

- Allemand, M., Zimprich, D. & Martin, M. (2008). Long-term correlated change in personality traits in old age. *Psychology and Aging*, 23, 545-557.
- Al-Mabuk, R. H. & Downs, W. R. (1996). Forgiveness therapy with parents of adolescents suicide victims. *Journal of Family Psychotherapy*, 7, 21-39.
- Al-Mabuk, R. H., Enright, R. D. & Cardis, P. A. (1995). Forgiveness education with love deprived late adolescents. *Journal of Moral Education*, 24, 427-444.
- Almeida, D. M. (2005). Resilience and vulnerability to daily stressors assessed via diary methods. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 64-68.
- Anderson, N. H. (1996). *A functional theory of cognition*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Antonucci, T. C. (2001). Social relations: An examination of social networks, social support and sense of control. In J. E. Birren & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology of aging* (5th ed., pp. 427-453). New York: Academic Press.
- Antonucci, T. C., Akiyama, H. & Merline, A. C. (2001). Dynamics of social relationships in midlife. In M. Lachman (Ed.), *Handbook of midlife*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Argue, A., Johnson, D. R. & White, L. K. (1999). Age and religiosity: Evidence from a three-wave panel analysis. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 38, 423-435.
- Asendorpf, J. B. & Wilpers, S. (1998). Personality effects on social relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1531-1544.
- Ashton, M. C., Paunonen, S. V., Helmes, E. & Jackson, D. N. (1998). Kin altruism, reciprocal altruism, and the Big Five personality factors. *Evolution and Human Behavior*, 19, 243-255.
- Baker, M. (2005). Facilitating forgiveness and peaceful closure: The therapeutic value of psychosocial intervention in end-of-life care. *Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care*, 1, 83-96.
- Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, 611-626.

- Baltes, P. B., Lindenberger, U. & Staudinger, U. M. (2006). Life span theory in developmental psychology. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol. 1. Theoretical models of human development* (6th ed., pp. 569-664). New York: Wiley.
- Baltes, P. B. & Smith, J. (1990). The psychology of wisdom and its ontogenesis. In R. J. Sternberg (Ed.), *Wisdom: Its nature, origins, and development* (pp. 87-120). New York: Cambridge University Press.
- Baltes, P. B. & Staudinger, U. M. (2000). Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*, 55, 122-136.
- Barrick, A. L., Hutchinson, R. L. & Deckers, L. H. (1989). Age effects on positive and negative emotions. *Journal of Social Behavior and Personality*, 4, 421-429.
- Baskin, T. W. & Enright, R. D. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Counseling and Development*, 82, 79-90.
- Baumann, K., Kessler, H. & Linden, M. (2005). Die Messung von Emotionen. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 26, 190-202.
- Baumann, K. & Linden, M. (2008). *Weisheitskompetenzen und Weisheitstherapie: Die Bewältigung von Lebensbelastungen und Anpassungsstörungen*. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Finkenauer, C. & Vohs, K. D. (2001). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology*, 5, 323-370.
- Berry, J. W., Worthington, E. L., Jr., O'Connor, L. E., Parrott, L. & Wade, N. E. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73, 1-43.
- Berry, J. W., Worthington, E. L., Jr., Parrott, L., O'Connor, L. E. & Wade, N. E. (2001). Dispositional forgiveness: Development and construct validity of the transgression narrative test of forgiveness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1277-1290.
- Bierhoff, H. W. & Schwennen, C. (2006). Schuld und Verzeihen. In H. W. Bierhoff & D. Frey (Hrsg.), *Handbuch der Sozialpsychologie und Kommunikationspsychologie* (S. 457-463). Göttingen: Hogrefe.

- Birditt, K. S. & Fingerman, K. L. (2003). Age and gender differences in adults' descriptions of emotional reactions to interpersonal problems. *Journal of Gerontology*, 58B, 237-245.
- Birditt, K. S. & Fingerman, K. L. (2005). Do we get better at picking our battles? Age group differences in descriptions of behavioral reactions to interpersonal tensions. *Journal of Gerontology*, 60B, 121-128.
- Birditt, K. S., Fingerman, K. L. & Almeida, D. M. (2005). Age differences in exposure and reactions to interpersonal tensions: A daily diary study. *Psychology and Aging*, 20, 330-340.
- Blanchard-Fields, F. & Coats, A. (2008). The experience of anger and sadness in everyday problems impacts age differences in emotion regulation. *Developmental Psychology*, 44, 1547-1556.
- Blanchard-Fields, F. & Coats, A. H. (2008). The experience of anger and sadness in everyday problems impacts age differences in emotion regulation. *Developmental Psychology*, 44, 1547-1556.
- Blanchard-Fields, F. & Cooper, C. (2004). Social cognition and social relationships. In F. R. Lang & K. L. Fingerman (Eds.), *Growing together. Personal relationships across the lifespan* (pp. 268-289). New York: Cambridge University Press.
- Blanchard-Fields, F., Mienaltowski, A. & Seay, R. B. (2007). Age differences in everyday problem-solving effectiveness: Older adults select more effective strategies for interpersonal problems. *Journal of Gerontology*, 62B, 61-64.
- Bolger, N. (1990). Coping as a personality process: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 525-537.
- Bono, G. & McCullough, M. E. (2004). Religion, forgiveness, and adjustment in older adults. In K. W. Schaie, N. Krause & A. Booth (Eds.), *Religious influences on health and well-being in the elderly* (pp. 163-186). New York: Springer.
- Bono, G., McCullough, M. E. & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being. Two longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 182-195.

- Brandstätter, V. (2003). *Persistenz und Zielablösung. Warum es oft so schwer fällt los zu lassen*. Göttingen: Hogrefe.
- Brandtstädter, J. (2007). *Das flexible Selbst. Selbstentwicklung zwischen Zielbindung und Ablösung*. Heidelberg: Elsevier/Spektrum Akademischer Verlag.
- Brandtstädter, J. & Renner, G. (1990). Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: Explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping. *Psychology and Aging*, 5, 58-67.
- Brandtstädter, J., Wentura, D. & Schmitz, U. (1997). Veränderungen der Zeit- und Zukunftsperspektive im Übergang zum höheren Alter: quer- und längsschnittliche Befunde. *Zeitschrift für Psychologie*, 205, 377-395.
- Brown, R. P. (2003). Measuring individual differences in the tendency to forgive: Construct validity and links with depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 759-771.
- Brown, R. P. & Phillips, A. (2005). Letting bygones be bygones: further evidence for the validity of the Tendency to Forgive scale. *Personality and Individual Differences*, 38, 627-638.
- Brown, S. W., Gorsuch, R., Rosik, C. H. & Ridley, C. R. (2001). The development of a scale to measure forgiveness. *Journal of Psychology and Christianity*, 20, 40-52.
- Browne, M. W. & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing Structural Equation Models* (pp. 136-162). Beverly Hills, CA: Sage.
- Brunstein, J. C. (1999). Persönliche Ziele und subjektives Wohlbefinden bei älteren Menschen. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 20, 58-71.
- Butler, R. N., Lewis, M. I. & Sunderland, T. (1998). *Aging and mental health: Positive psychological and biomedical approaches*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Campos, J. J., Frankel, C. B. & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. *Child Development*, 75, 377-394.

- Carstensen, L. L., Fung, H. H. & Charles, S. T. (2003). Socioemotional selectivity theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, 27, 103-123.
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M. & Charles, S. T. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, 54, 165-181.
- Carstensen, L. L. & Mikels, J. A. (2005). At the intersection of emotion and cognition: aging and the positivity effect. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 117-121.
- Carstensen, L. L., Mikels, J. A. & Mather, M. (2006). Aging and the intersection of cognition, motivation and emotion. In J. Birren, & K. W. Schaie (Eds.), *Handbook of the psychology and aging* (pp. 343-362). Amsterdam: Elsevier.
- Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Mayr, U. & Nesselroade, J. R. (2000). Emotional experience in everyday life across the adult lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 1-12.
- Charles, S. T. (2005). Viewing injustice: Age differences in emotional experience. *Psychology and Aging*, 20, 159-164.
- Charles, S. T. & Almeida, D. M. (2006). Daily reports of symptoms and negative affect: Not all symptoms are the same. *Psychology & Health*, 21, 1-17.
- Charles, S. T. & Carstensen, L. L. (2007). Emotion regulation and aging. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 307-320). New York: Guilford Press.
- Charles, S. T. & Carstensen, L. L. (2008). Unpleasant situations elicit different emotional responses in younger and older adults. *Psychology and Aging*, 23, 495-504.
- Charles, S. T. & Carstensen, L. L. (2010). Social and emotional aging. *Annual Review of Psychology*, 61, 383-409.
- Charles, S. & Piazza, J. R. (2007). Memories of social interactions: Age differences in emotional intensity. *Psychology and Aging*, 22, 300-309.
- Charles, S. & Piazza, J. R. (2009). Age differences in affective well-being: Context matters. *Social and Personality Psychology Compass*, 3, 711-724.

- Cheng, S.-T. & Yim, Y.-K. (2008). Age differences in forgiveness: The role of future time perspective. *Psychology and Aging, 23*, 676-680.
- Chiaramello, S., Mesnil, M., Muñoz Sastre, M. T. & Mullet, E. (2008). Dispositional forgiveness among adolescents. *European Journal of Developmental psychology, 5*, 326-337.
- Coats, A. H. & Blanchard-Fields, F. (2008). Emotion regulation in interpersonal problems: The role of cognitive-emotional complexity, emotion regulation goals, and expressivity. *Psychology and Aging, 23*, 39-51.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Comblain, C., D'Argembeau, A. & Van der Linden, M. (2005). Phenomenal characteristics of autobiographical memories for emotional and neutral events in older and younger adults. *Experimental Aging Research, 31*, 173-189.
- Coyle, C. T. & Enright, R. D. (1997). Forgiveness intervention with post-abortion men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 65*, 1042-1046.
- Darby, B. W. & Schlenker, B. R. (1982). Children's reactions to apologies. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*, 742-753.
- Denham, S. A., Neal, K., Wilson, B. J., Pickering, S. & Boyatzis, C. J. (2005). Emotional development and forgiveness in children: Emerging evidence. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 127-142). New York: Routledge.
- Derryberry, D. & Reed, M. A. (1994). Temperament and attention: Orienting toward and away from positive and negative signals. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*, 1128-1139.
- Di Blasio, F. A., Worthington, E. L., Jr. & Jennings, D. J., II. (2010). Forgiveness in children, adolescents, and families: Spiritual and religiously tailored interventions. In D. Walker & W. Hathaway (Eds.), *Spiritually-oriented interventions in child and adolescent psychotherapy*. Manuscript submitted for edited book. Baltimore, MD: University of Maryland.
- Donnellan, M. B. & Lucas, R. E. (2008). Age differences in the Big Five across the life span: Evidence from two national samples. *Psychology and Aging, 23*, 558-566.

- Enright, R. D. & Fitzgibbons, R. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. Washington: American Psychological Association.
- Enright, R. D., Freedman, S. & Rique, J. (1998). The psychology of interpersonal forgiveness. In R. D. Enright & J. North (Eds.), *Exploring forgiveness* (pp. 46-62). Madison: University of Wisconsin Press.
- Enright, R. D., Gassin, E. A. & Wu, C. (1992). Forgiveness: A developmental view. *Journal of Moral Development*, 21, 99-114.
- Enright, R. D. & North, J. (1998). *Exploring forgiveness*. Madison: University of Wisconsin Press.
- Enright, R. D., Rique, J. & Coyle, C. T. (2000). The Enright Forgiveness Inventory (EFI). User's manual. *Human Development*, 37, 63-80.
- Enright, R. D., Santos, M. J. & Al-Mabuk, R. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence*, 12, 95-110.
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle; selected papers*. New York: International Universities Press.
- Erikson, E. (1982). *The life cycle completed: A review*. New York: Norton.
- Exline, J. J., Worthington, E. L., Hill, P. & McCullough, M. E. (2003). Forgiveness and justice: A research agenda for social and personality psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 7, 337-348.
- Fehr, R., Gelfand, M. J. & Nag, M. (2010). The road to forgiveness: A meta-analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological Bulletin*, 136, 894-914.
- Fenell, D. L. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 446-460.
- Fincham, F. D. (2000). The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Personal Relationships*, 7, 1-23.
- Fincham, F. D., Hall, J. & Beach, S. R. H. (2006). Forgiveness in marriage: Current status and future directions. *Family Relations* 55, 415-427.

- Fincham, F. D., Jackson, H. & Beach, S. R. H. (2005). Transgression severity and forgiveness: Different moderators for objective and subjective severity. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*, 860-875.
- Fincham, F. D., Paleari, F. G. & Regalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: The role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships, 9*, 27-37.
- Fingerman, K. L. & Charles, S. T. (2010). It takes two to tango: Why older people have the best relationships. *Current Directions in Psychological Science, 19*, 172-176.
- Fingerman, K. L. & Pitzer, L. M. (2007). Socialization in old age. In P. D. Hastings & J. E. Grusec (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and reserach* (pp. 232-255). New York: Guilford.
- Fisher, M. L. & Exline, J. J. (2006). Self-forgiveness versus excusing: The roles of remorse, effort, and acceptance of responsibility. *Self and Identity, 5*, 127-146.
- Fisher, M. L. & Exline, J. J. (2010). Moving toward self-forgiveness: Removing barriers related to shame, guilt, and regret. *Social and Personality Psychology Compass, 4*, 548-558.
- Freedman, S. R. & Enright, R. D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*, 983-992.
- Freedman, S. R., Enright, R. D. & Knutson, J. (2005). A progress report on the process model of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 393-406). New York: Routledge.
- Funder, D. C. (1991). Global traits: A neo-Allportian approach to personality. *Psychological Science, 2*, 31-39.
- Ghaemmaghani, P., Allemand, M. & Martin, M. (im Druck). *Forgiveness in younger, middle-aged and older adults: Age and gender matters*. *Journal of Adult Development*.
- Girard, M. & Mullet, E. (1997). Propensity to forgive in adolescents, young adults, older adults, and elderly people. *Journal of Adult Development, 4*, 209-220.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H. & Snyder, D. K. (2005). Forgiveness in couples: Divorce, infidelity, and marital therapy. In E. Worthington (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 407-421). New York: Routledge.

- Graziano, W. G., Jensen-Campell, L. A. & Hair, E. C. (1996). Perceiving interpersonal conflict and reacting to it: The case for agreeableness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 820-835.
- Gross, J. J., Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Tsai, J., Gotestam-Skorpen, C. & Hsu, A. Y. C. (1997). Emotion and aging: Experience, expression, and control. *Psychology and Aging*, 12, 590-599.
- Hall, J. H. & Fincham, F. D. (2005). Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 621-637.
- Hall, J. H. & Fincham, F. D. (2008). The temporal course of self-forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27, 171-198.
- Hammond, W. P., Banks, K. H. & Mattis, J. S. (2006). Masculinity ideology and forgiveness of racial discrimination among African American men: Direct and interactive relationships. *Sex Roles*, 55, 679-692.
- Harris, A. H. S. et al. (2006). Effects of a group forgiveness intervention on forgiveness, perceived stress, and trait-anger. *Journal of Clinical Psychology*, 62, 715-733.
- Harris, A. H. S. & Thoresen, C. E. (2005). Forgiveness, unforgiveness, health, and disease. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *The Handbook of Forgiveness* (pp. 321-334). New York: Routledge.
- Hebl, J. & Enright, R. D. (1993). Forgiveness as a psychotherapeutic goal with elderly females. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 30, 658-667.
- Heckhausen, J., Dixon, R. A. & Baltes, P. B. (1989). Gains and losses in development throughout adulthood as perceived by different age groups. *Developmental Psychology*, 25, 109-121.
- Helson, R. & Soto, C. J. (2005). Up and down in middle age: Monotonic and nonmonotonic changes in roles, status, and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 194-204.
- Hill, P. L. & Allemand, M. (2010). Forgivingness and adult patterns of individual differences in environmental mastery and personal growth. *Journal of Research in Personality*, 44, 245-250.

- Hill, P. L. & Allemand, M. (in press). Gratitude, forgivingness, and well-being in adulthood: Tests of moderation and incremental prediction. *Journal of Positive Psychology*.
- Hill, P. L. & Roberts, B. W. (2010). Propositions for the study of moral personality development. *Current Directions in Psychological Science*, 19, 380-383.
- Hoyt, W. T. & McCullough, M. E. (2005). Issues in the multimodal measurement of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 109-124). New York: Routledge.
- Hu, L. & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424-453.
- Huber, S., Allemand, M. & Huber, O. (2011). Forgiveness by God and human forgivingness: The centrality of religiosity makes the difference. *Archive for the Psychology of Religion*, 33, 115-134.
- Huesman, L. R., Eron, L. D., Lefkowitz, M. M. & Walder, L. O. (1984). Stability of aggression over time and generations. *Developmental Psychology*, 20, 1120-1134.
- Idler, E. (2006). Religion and aging. In R. H. Binstock & L. K. George (Eds.), *Handbook of Aging and the Social Sciences* (6th ed., pp. 277-300). San Diego: Elsevier.
- Idler, E. & Kasl, S. (1991). Health perceptions and survival: do global evaluations of health status really predict mortality? *Journal of Gerontology: Psychological and Social Sciences*, 46, 55-65.
- Ingersoll-Dayton, B., Campbell, R. & Ha, J.-H. (2009). Enhancing forgiveness: A group intervention for the elderly. *Journal of Gerontological Social Work*, 52, 2-16.
- John, O. P., Donahue, E. M. & Kentle, R. L. (1991). *The Big Five Inventory-Versions 4a and 54*. Berkeley, CA: University of California, Berkeley, Institute of Personality and Social Research.
- John, O. P., Naumann, L. & Soto, C. J. (2008). The Big Five trait taxonomy: Discovery, measurement, and theoretical issues. In O. P. John, R. W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 114-158). New York: Guilford.

- John, O. P. & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 102-138). New York: Guilford.
- Karremans, J. C. & Van Lange, P. A. M. (2004). Back to caring after being hurt: the role of forgiveness. *European Journal of Social Psychology*, 34, 207-227.
- Karremans, J. C. & Van Lange, P. A. M. (2005). Does activating justice help or hurt in promoting forgiveness? *Journal of Experimental Social Psychology*, 41, 290-297.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M. & Holland, R. M. (2005). Forgiveness and its associations with prosocial thinking, feeling, and doing beyond the relationship. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 1315-1326.
- Kearns, J. N. & Fincham, F. D. (2004). A prototype analysis of forgiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 838-855.
- Kohlberg, L. (1976). Moral stages and moralization: The cognitive-developmental approach. In T. Lickona (Ed.), *Moral development and behaviour: Theory, research and social issues* (pp. 31-53). New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Konstam, V., Chernoff, M. & Deveney, S. (2001). Toward forgiveness: The role of shame, guilt, anger, and empathy. *Counseling and Values*, 46, 26-39.
- Krause, N. & Ellison, C. G. (2003). Forgiveness by God, forgiveness by others, and psychological well-being in late life. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 42, 77-93.
- Kremer, H. (2009). *Der Einfluss von kognitivem und affektivem Perspektivenwechsel auf den Prozess des Verzeihens. Eine experimentelle Untersuchung*. Unveröffentlichte Lizentiatsarbeit der Universität Zürich.
- Labouvie-Vief, G., Hakim-Larson, J. & Hobart, C. J. (1987). Age, ego level, and the life-span development of coping and defense processes. *Psychology and Aging*, 2, 286-293.
- Lang, F. R. & Carstensen, L. L. (2002). Time counts: Future time perspective, goals, and social relationships. *Psychology and Aging*, 17, 125-139.
- Lawler-Row, K. A. & Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well-lived? *Personality and Individual Differences*, 41, 1009-1020.

- Lawler, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., Edmondson, K. A. & Jones, W. H. (2005). The unique effects of forgiveness on health: an exploration of pathways. *Journal of Behavioral Medicine*, 28, 157-167.
- Leary, M. R., Springer, C., Negel, L., Ansell, E. & Evans, K. (1998). The causes, phenomenology, and consequences of hurt feelings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1225-1237.
- Lee, S. A. & Chard, K. M. (2003). Variables related to graduate students' willingness to forgive a job-related transgression. *Psychological-Reports*, 93, 955-960.
- Linden, M., Rotter, M., Baumann, K. & Lieberei, B. (2007). *The Posttraumatic Embitterment Disorder*. Toronto: Hogrefe & Huber.
- Linden, M., Schippan, B., Baumann, K. & Spielberg, R. (2004). Die posttraumatische Verbitterungsstörung (PTED). Abgrenzung einer spezifischen Form der Anpassungsstörungen. *Der Nervenarzt*, 75, 51-57.
- Little, T. D., Cunningham, W. A., Shahar, G. & Widaman, K. F. (2002). To parcel or not to parcel: Exploring the question, weighing the merits. *Structural Equation Modeling*, 9, 151-173.
- Lodi-Smith, J. L. & Roberts, B. W. (2007). Social investment and personality: A meta-analysis of the relationship of personality traits to investment in work, family, religion, and volunteerism. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 68-86.
- Lundahl, B. W., Taylor, M. J., Stevenson, R. & Roberts, D. (2008). Efficacy of forgiveness interventions: A meta-analysis. *Research on Social Work Practice*, 18, 465-478.
- Luong, G., Charles, S. & Fingerman, K. L. (in press). Better with age: Social relationships across adulthood. *Journal of Personal and Social Relations*.
- Macaskill, A. (2007). Exploring religious involvement, forgiveness, trust and cynicism. *Mental Health, Religion & Culture*, 10, 203-218.
- MacKinnon, D. P. (2008). *Introduction to statistical mediation analysis*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum and Associates.

- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., Hoffman, J. M., West, S. G. & Sheets, V. (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effects. *Psychological Methods*, 7, 83-104.
- Maercker, A. (2002). *Alterspsychotherapie und klinische Gerontopsychologie*. Berlin: Springer.
- Malcolm, W., Warwar, S. & Greenberg, L. (2005). Facilitating forgiveness in individual therapy as an approach to resolving interpersonal injuries. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 407-422). New York: Routledge.
- Maltby, J., Wood, A., Day, L., Kon, T. W. H, Colley, A. & Linley, P. A. (2008). Personality predictors of levels of forgiveness two and a half years after the transgression. *Journal of Research in Personality*, 42, 1088-1094.
- Mather, M. & Carstensen, L. L. (2005). Aging and motivated cognition: the positivity effect in attention and memory. *Trends in Cognitive Sciences*, 9, 496-502.
- Maybery, D. J., Jones-Ellis, J., Neale, J. & Arentz, A. (2006). The positive event scale: Measuring uplift frequency and intensity in an adult sample. *Social Indicators Research*, 78, 61-83.
- Maybery, D. J., Neale, J., Arentz, A. & Jones-Ellis, J. (2007). The negative event scale: Measuring frequency and intensity of adult hassles. *Anxiety, Stress & Coping*, 20, 163-176.
- McAdams, D. P. (1996). Personality, modernity, and the storied self: A contemporary framework for studying persons. *Psychological Inquiry*, 7, 295-321.
- McAdams, D. P. (2008). Personal narratives and the life story. In O. John, R. Robins, and L. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (3rd ed., pp. 241-261). New York: Guilford Press.
- McAdams, D. P., Diamond, A., de St. Aubin, E. & Mansfield, E. (1997). Stories of commitment: The psychosocial construction of generative lives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 678-694.
- McAdams, D. P., Reynolds, J., Lewis, M., Patten, A. & Bowman, P. T. (2001). When bad things turn good and good things turn bad: Sequences of redemption and contamination

- in life narrative, and their relation to psychosocial adaption in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 472-483.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., Avia, M. D., et al. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 173-186.
- McCullough, M. E. (2008). *Beyond revenge: The evolution of the forgiveness instinct*. San Francisco: Wiley.
- McCullough, M. E., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D. & Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 601-610.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., Kilpatrick, S. D. & Mooney, L. (2003). Narcissists as „victims“: The role of narcissism in the perception of transgressions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 885-893.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A. & Tsang, J.-A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112-127.
- McCullough, M. E., Fincham, F. D. & Tsang, J. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 540-557.
- McCullough, M. E. & Hoyt, W. T. (2002). Transgression-related motivational dispositions: Personality substrates of forgiveness and their links to the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1556-1573.
- McCullough, M. E., Hoyt, W. T. & Rachal, K. C. (2000). What we know (and need to know) about assessing forgiveness constructs. In M. E. McCullough, K. I. Pargament & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness. Theory, Research, and Practice* (pp. 65-90). New York: The Guilford Press.
- McCullough, M. E., Luna, L. R., Berry, J. W., Tabak, B. A. & Bono, G. (2010). On the form and function of forgiving: Modeling the time-forgiveness relationship and testing the valuable relationships hypothesis. *Emotion*, 10, 358-376.

- McCullough, M. E., Pargament, K. I. & Thoresen, C. E. (2001). *Forgiveness: Theory, research, and practice*. New York: Guilford Press.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Jr., Brown, S. W. & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiveness in close relationships: Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586-1603.
- McCullough, M. E. & Root, L. M. (2005). Forgiveness as a change. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 91-108). New York: Routledge.
- McCullough, M. E., Root, L. M. & Cohen, A. D. (2006). Writing about the benefits of an interpersonal transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 887-897.
- McCullough, M. E., Root, L. M., Tabak, B. & Witvliet, C. v. O. (2009). Forgiveness. In S. J. Lopez (Ed.), *Handbook of positive psychology* (2nd ed., pp. 427-435). New York: Oxford.
- McCullough, M. E. & Witvliet, C. V. O. (2002). The psychology of forgiveness. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 446-458). New York: Oxford University Press.
- McCullough, M. E. & Worthington, E. L., Jr. (1995). Promoting forgiveness: A comparison of two brief psycho-educational interventions with a waiting list control. *Counseling and Values*, 40, 55-68.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Jr. & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- Miller, L. M., Charles, S. T. & Fingerman, K. L. (2009). Perceptions of social transgressions in adulthood. *Journal of Gerontology*, 64, 551-559.
- Miller, A. J., Worthington, E. L., Jr. & McDaniel, M. A. (2008). Forgiveness and gender: A meta-analytic review and research agenda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27, 843-876.
- Mullet, E., Barros, J., Frongia, L., Usaï, V., Neto, F. & Rivièrè Shafighi, S. (2003). Religious involvement and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 71, 1-19.

- Mullet, E. & Girard, M. (2000). Developmental and cognitive points of view on forgiveness. In M. E. McCullough, K. I. Pargament & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 111-132). New York: Guilford.
- Mullet, E., Girard, M. & Bakhshi, P. (2004). Conceptualizations of Forgiveness. *European Psychologist*, 9, 78-86.
- Mullet, E., Houdbine, A., Laumonier, S. & Girard, M. (1998). „Forgiveness“: Factor structure in a sample of young, middle-aged, and elderly adults. *European Psychologist*, 3, 289-297.
- Mullet, E., Neto, F. & Rivière, S. (2005). Personality and its effects on resentment, revenge, forgiveness, and self-forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 159-182). New York: Routledge.
- Mullet, E., Rivière, S. & Muñoz Sastre, M. T. (2006). Relationships between young adults' forgiveness culture and their parents' forgiveness culture. *Journal of Cultural and Evolutionary Psychology*, 4, 159-172.
- Paleari, F. G., Regalia, C. & Fincham, F. D. (2009). Measuring offense-specific forgiveness in marriage: The marital offence-specific forgiveness scale (MOFS). *Psychological Assessment*, 21, 194-209.
- Park, Y. O. & Enright, R. D. (1997). The development of forgiveness in the context of adolescent friendship conflict in Korea. *Journal of Adolescence*, 20, 393-402.
- Philipps, L. H., Henry, J. D., Hosie J. A. & Milne, A. B. (2006). Age, anger regulation and well-being. *Aging & Mental Health*, 10, 250-256.
- Pratt, M. W., Norris, J. E., Cressman, K., Lawford, H. & Hebblethwaite, S. (2008). Parents' stories of grandparenting concerns in the three-generational family: Generativity, optimism, and forgiveness. *Journal of Personality*, 76, 581-604.
- Preacher, K. J. & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40, 879-891.
- Pronk, T. M., Karremans, J. C., Overbeek, G., Vermulst A. A. & Wigboldus, D. H. J. (2010). What it takes to forgive: When and why executive functioning facilitates forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 119-131.

- Puchalski, C. M. (2004). Spirituality in health: The role of spirituality in critical care. *Critical Care Clinics*, 20, 487-504.
- Rammstedt, B. & John, O. P. (2005). Kurzversion des Big Five Inventory (BFI-K): Entwicklung und Validierung eines ökonomischen Inventars zur Erfassung der fünf Faktoren der Persönlichkeit. *Diagnostica*, 51, 195-206.
- Roberts, R. C. (1995). Forgivingness. *American Philosophical Quarterly*, 32, 289-306.
- Roberts, B. W. & Pomerantz, E. M. (2004). On traits, situations, and their integration: A developmental perspective. *Personality and Social Psychology Review*, 8, 402-416.
- Roberts, B. W., Walton, K. E. & Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 132, 1-25.
- Roberts, B. W. & Wood, D. (2006). Personality development in the context of the neo-socioanalytic model of personality. In D. K. Mroczek & T. D. Little (Eds.), *Handbook of personality development* (pp. 11-39). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Roberts, B.W., Wood, D. & Caspi, A. (2008). Personality development. In O.P. John, R.W. Robins & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: theory and research* (pp. 375-398). New York, NY: Guilford.
- Romero, C. & Mitchell, D. B. (2008). Forgiveness of interpersonal offenses in younger and older roman catholic women. *Journal of Adult Development*, 15, 55-61.
- Rook, K. S. (1984). The negative side of social interaction: Impact on psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 1097-1108.
- Rook, K. S., Sorkin, D. H. & Zettel, L. A. (2004). Stress in social relationships: Coping and adaption across the life span. In F. R. Lang & K. L. Fingerman (Eds.), *Growing together: Personal relationships across the life span* (pp. 210-239). New York: Cambridge University Press.
- Rosenberg, E. L (1998). Levels of analysis and the organization of affect. *Review of General Psychology*, 2, 247-270.
- Rubin, K. H., Bukowski, W. & Parker, J. G. (1998). Peer interactions, relationships, and groups. In W. Damon (Series Ed.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child*

- psychology: Vol. 3. Social, emotional, and development* (pp. 619-700). New York: Wiley.
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A. & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology*, 20, 260–277.
- Rye, M. S. & Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and romantic relationships in college: Can it heal the wounded heart? *Journal of Clinical Psychology*, 58, 419-441.
- Rye, M. S., Pargament, K. I., Ali, M. A., Beck, G. L., Dorff, E. N., Hallisey, C., Narayanan, V. & Williams, J. G. (2000). Religious perspectives on forgiveness. In M. E. McCullough, K. I. Pargament & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness. Theory, Research, and Practice* (pp. 17-40). New York: The Guilford Press.
- Schieman, S. (1999). Age and anger. *Journal of Health and Social Behavior*, 40, 273-289.
- Schimmack, U. & Diener, E. (1997). Affect intensity: Separating intensity and frequency in repeatedly measured affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1313-1329.
- Schippan, B., Baumann, K. & Linden, M. (2004). Weisheitstherapie – kognitive Therapie der posttraumatischen Verbitterungsstörung. *Verhaltenstherapie*, 14, 284-293.
- Schwennen, C. (2008). Verzeihen. In A. E. Auhagen (Hrsg.), *Positive Psychologie* (S. 150-165). Weinheim: Beltz.
- Scobie, E. D. & Scobie, G. E. W. (1998). Damaging events: The perceived need for forgiveness. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 28, 373-401.
- Scully, J. A., Tosi, H. & Banning, K. (2000). Life event checklists: Revisiting the Social Readjustment Rating Scale after 30 years. *Educational and Psychological Measurement*, 60, 864-876.
- Sorkin, D. H. & Rook, K. S. (2006). Dealing with negative social exchanges in later life: Coping responses, goals, and effectiveness. *Psychology and Aging*, 21, 715-725.
- Soto, C. J., John, O. P., Gosling, S. D. & Potter, J. (2011). Age differences in personality traits from 10 to 65. Big-Five domains and facets in a large cross-sectional sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 330-348.

- Srivastava, S. S., John, O. P., Gosling, S. D. & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change? *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1041-1053.
- Stein, D. J., Seedat, S., Kaminer, D., Moomal, H., Herman, A., Sonnegga, J. & Williams, D. R. (2008). The impact of the Truth and Reconciliation Commission on psychological distress and forgiveness in South Africa. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43, 462-468.
- Steiner, M., Allemand, M. & McCullough, M. E. (in press a). Age differences in forgivingness: The role of transgression frequency and intensity. *Journal of Research in Personality*.
- Steiner, M., Allemand, M. & McCullough, M. E. (in press b). Do agreeableness and neuroticism explain age differences in the tendency to forgive others? *Personality and Social Psychology Bulletin*.
- Stevens, J. (1986). *Applied multivariate statistics for the social sciences*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C.-R., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M. & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18, 641-655.
- Takaku, S. (2001). The effects of apology and perspective taking on interpersonal forgiveness: A dissonance-attribution model of interpersonal forgiveness. *Journal of Social Psychology*, 141, 494-508.
- Tangney, J. P., Boone, A. L. & Dearing, R. (2005). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 143-158). New York: Brunner Routledge.
- Terracciano, A., McCrae, R. R., Brant, L. J. & Costa, P. T., Jr. (2005). Hierarchical linear modeling analyses of the NEO-PI-R scales in the Baltimore Longitudinal Study of Aging. *Psychology and Aging*, 20, 493-506.
- Thompson, L. Y. & Snyder, C. R. (2003). Measuring forgiveness. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 301-312). Washington, DC: American Psychological Association.

- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., Heinze, L., Neufeld, J. E., Shorey, H. S., Roberts, J. C. & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality*, 73, 313-359.
- Tobin, R. M., Graziano, W. G., Vanman, E. J. & Tassinary, L. G. (2000). Personality, emotional experience, and efforts to control emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 656-669.
- Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A. & Everson, S. A. (2001). Forgiveness and health: Age differences in a U.S. probability sample. *Journal of Adult Development*, 8, 249-257.
- Trzesniewski, K. H. & Donnellan, M. B. (2010). Rethinking "Generation Me": A study of cohort effects from 1976-2006, *Perspectives on Psychological Science*, 5, 58-75.
- Tsang, J., McCullough, M. E. & Hoyt, W. T. (2005). Psychometric and rationalization accounts for the religion-forgiveness discrepancy. *Journal of Social Issues*, 61, 785-805.
- Van Lange, P. A. M., Otten, W., De Bruin, E. M. N. & Joireman, J. A. (1997). Development of prosocial, individualistic, and competitive orientations: Theory and preliminary evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 733-746.
- Wade, N. G., Johnson, C. V. & Meyer, J. E. (2008). Understanding concerns about interventions to promote forgiveness: A review of the literature. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 45, 88-102.
- Wade, N. G. & Meyer, J. E. (2009). Comparison of brief group interventions to promote forgiveness: A pilot outcome study. *International journal of group psychotherapy*, 59, 199-220.
- Wade, N. G. & Worthington, E. L., Jr. (2005). In search of a common core: A content analysis of interventions to promote forgiveness. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42, 160-177.
- Wade, N. G., Worthington, E. L., Jr. & Meyer, J. E. (2005). But do they work? A meta-analysis of group interventions to promote forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of Forgiveness* (pp. 407-422). New York: Routledge.

- Walker, D. F. & Gorsuch, R. L. (2002). Forgiveness within the Big Five personality model. *Personality and Individual Differences*, 32, 1127-1137.
- Watson, D. & Clark, L. A. (1994). Emotions, moods, traits, and temperaments: Conceptual distinctions and empirical findings. In P. Ekman & R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotion: Fundamental questions* (pp. 89-93). New York: Oxford University Press.
- Williams, J. & MacKinnon, D. P. (2008). Resampling and distribution of the product methods for testing indirect effects in complex models. *Structural Equation Modeling*, 15, 23-51.
- Witvliet, C. V. O., Ludwig, T. E. & Van der Laan, K. L. (2001). Granting forgiveness or harboring grudges: Implications for emotions, physiology, and health. *Psychological Science*, 12, 117-123.
- Wohl, M. J. A., DeShea, L. & Wahkinney, R. L. (2008). Looking within: The state forgiveness scale. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 40, 1-10.
- Worthington, E. L., Jr. (1998). *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*. Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Worthington, E. L., Jr. (2001). *Five steps to forgiveness: The art and science of forgiving: Bridges to wholeness and hope*. New York, NY: Crown Publishers.
- Worthington, E. L., Jr. (2005). *Handbook of forgiveness*. New York: Routledge.
- Worthington, E. L., Jr. & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology and Health*, 19, 385-405.
- Worthington, E. L., Jr. & Wade, N. G. (1999). The social psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18, 385-418.
- Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L. & Lawler, K. A. (2004). Dimensions of forgiveness: The views of laypersons. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 837-855.
- Zechmeister, J. S., Garcia, S., Romero, C. & Vas, S. N. (2004). Don't apologize unless you mean it: A laboratory investigation of forgiveness and retaliation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 532-564.

Zimprich, D., Martin, M., Kliegel, M., Dellenbach, M., Rast, P. & Zeintl, M. (2008).

Cognitive abilities in old age: Results from the Zurich Longitudinal Study on Cognitive Aging. *Swiss Journal of Psychology*, 67, 177-195.

Curriculum vitae

Studium/Berufliche Grundausbildung

Studium	1988-1990	Romanistik (Französisch, Italienisch) und Niederlandistik, Universität Zürich, 3 Semester
Ausbildung	1990	Ausbildung zum Flight Attendant bei Swissair
Studium	2001-2003	Grundstudium Psychologie, Universität Zürich
	2003-2007	Hauptstudium in der Allgemeinen Psychologie, Schwerpunkt Motivation Nebenfächer: Allgemeine Pädagogik, Niederlandistik Lizentiatsarbeit: „Motivationale Kompetenz und Anreize im Badminton“
Doktoratsstudium	2008-2011	Dissertation am Lehrstuhl für Gerontopsychologie an der Universität Zürich, Thema „Erklärungen, Befunde und Implikationen für und zu Altersunterschiede(n) im Verzeihen“
Nachdiplomstudium	2008 -2010	MAS Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung (ZHAW)

Praktika

Februar-März	2005	ETH ZOA (Zentrum für Arbeits- und Organisations- Wissenschaften), bei Prof. Theo Wehner, Zürich
Oktober-November	2005	Universität Potsdam, Lehrstuhl für Allgemeine Psychologie, bei Prof. Falko Rheinberg, Potsdam

Berufliche und andere Tätigkeiten

1990-1991	Flight Attendant bei Swissair
1991-heute	Mutter (Aline 1991, Lionel 1993, Léanne 1998) und Hausfrau
2009-heute	Berufs-, Studien- und Laufbahnberaterin, BIZ Schaffhausen